**Меню на 5 ИЮЛЯ 2022 год.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюдо | Ясли | | | Сад | |
| Выход блюдо | | Энергетическая ценность | Выход блюдо | Энергетическая ценность |
| завтрак | | | | | |
| Каша на гречневая молоке(вязкая) | 150 | | 212,3 | 180 | 254,7 |
| Кофе на молоке | 150 | | 59 | 180 | 71,1 |
| Хлеб пшеничный с сыром | 20/10 | | 99 | 30/15 | 116,2 |
| 2 завтрак | | | | | |
| Сок яблочный | 75 | | 34,5 |  |  |
| Напиток «Витошка» |  | |  | 125 |  |
| обед | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | | 30 | 30,6 | 50 | 51 |
| Щи со свежей капустой, курой и сметаной | | 150 | 64,6 | 180 | 83,4 |
| Рыба запечённая с картофелем «по-русски» | | 150 | 147 | 180 | 176,3 |
| Компот из с/ф | | 150 | 82,5 | 180 | 99 |
| Хлеб пшеничный /ржаной | | 25/15 | 58,7/26,1 | 30/19 | 70,5/33 |
| полдник | | | | | |
| Булочка «розовая» | 50 | | 135 | 50 | 135 |
| Йогурт питьевой | 150 | | 130 | 180 | 174 |