

**Меню****1 Март 2023 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Батон нарезной с витаминами	30,0	224	31,3	234
	Повидло порционно	20,0	200	22,7	227
	Чай с лимоном	150,0	54	180,0	65
	Каша геркулесовая молочная с маслом жидкая	150,0	141	180,0	169
Второй завтрак	Фрукты (бананы)	103,0	97	122,1	115
Обед	Хлеб ржаной " Целебный "	40,0	70	50,9	88
	Огурец свежий порционно	30,0	17	51,8	30
	Кисель из плодов и ягод	150,0	49	180,0	59
	Кура тушеная в соусе с овощами	110,0	208	140,0	265
	Бульон из кур или индеек	150,0	38	180,0	46
	Гренки из пшеничного хлеба .	10,0	34	10,0	34
Уплотненный полдник	Батон нарезной с витаминами	30,0	224	30,0	224
	Яйцо отварное	60,0	94	59,9	94
	Салат картофельный с огурцами солеными	110,0	89	130,0	105
	Напиток из плодов шиповника	150,0	66	180,0	79
	Булочка молочная .	40,0	214	40,0	214

