

Утверждаю

Гаведующий

Макарова В. В.

МЕНЮ на 19.01.2026 года						
	Наименование блюд	Выход порции		Калорийность		
		ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша геркулесовая	150	180	140,2	168	
	Какао с молоком	150	180	75	90	
	Бутерброд с маслом	24.	35.	78	108	
Завтрак - 2	Кефир	150.	160.	79,2	87,1	
	Батон нарезной	15.	15.	38	38	
Обед	Салат из моркови с зеленым горошком	40.	60.	38	57	
	Суп молочный с рисом	150	190	89,27	113	
	Котлета мясная	60	80	81,5	109,13	
	Макароны отварные	110	135	123	151	
	Компот из сухофруктов	150	180	84,75	101,7	
	Хлеб ржаной	30	45	64,2	96	
Уплотненный Полдник	Ленивые голубцы со сметанным соусом	150	180	141,1	169,1	
	Батон нарезной	30	40	76	101	
	Чай сладкий	150	180	37,8	45,36	
	Печенье	20	20	75	75	