

# МЕНЮ на 29.06.2022

завтрак	выход ясли	выход сад	сотру дник	Кал- сть ясли	Кал- сть сад	Приме чание
Запеканка из творога со сгущённым молоком	80/20	100/30	-	296	382	
Чай с молоком	150	180	-	89	101	
Бутерброд с маслом	10/30	10/30	-	136	136	
<b>2-й завтрак</b>			-			
Ряженка с сахарным сиропом	140/10	165/15		-	144	
			-			
<b>обед</b>			-			
огурцы	40	60	-	33	66	
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/10	200/10	200	78	99	
Котлета домашняя	60	80	-	144	192	
			-			
Пюре картофельное	120	-	-	110	-	
			-			
Каша гречневая рассыпчатая	-	150	-	-	244	
Компот из смеси сухофруктов	150	180	-	85	102	
Хлеб ржаной	30	50	-	70	87	
Хлеб пшеничный	-	20	-	-	47	
			-			
<b>Уплотненный полдник</b>						
Рожки отварные с сыром	150	150	-	218	218	
Яйцо вареное		1 шт	-	-	79	
Фрукты свежие	100	100	-	47	47	
Чай с сахаром	150	180	-	41	53	
Хлеб пшеничный	-	20	-	-	47	
<b>калорийность</b>				<b>1421</b>	<b>2044</b>	

Рекомендации на ужин: рагу овощное, компот из ягод, хлеб.

Заведующий  
Кладовщик

*Матвеева  
Венесоне*