

## Меню на 23.12.2022

	<b>Ясли</b>		<b>Сад</b>	
<b>Завтрак</b>	Гр	Ккал	Гр	Ккал
Морковь запеченная с сахаром	40	29,2	60	33,8
Каша молочная вязкая Дружба	150	157,21	200	180,8
Кофейный напиток с молоком	150	87,85	200	101,8
Хлеб пшеничный	30	70,5	38,48	94
<b>Второй Завтрак</b>				
Сок	200	92	196,4	94
<b>Обед</b>				
Рыба соленая	30	67,2	44,9	112
Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	150/7/3,7	100,87	200/7/3,7	115,7
Жаркое по-домашнему	180	245,1	200	272,3
Компот из кураги	150	66,98	200	72
Хлеб ржаной	40	69,9	49,82	87,39
<b>Полдник</b>				
Вафли	30	103,13	30	103,13
Варенец	160	88,85	160	88,85
<b>Ужин</b>				
Морковь тушеная с рисом	250	310,5	250	310,5
Чай полусладкий	180	18	200	24,4
Хлеб пшеничный	30	70,5	38,48	94

