

## Меню на 30.11.2023 г.

(3-7 лет)

### I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 160г/5г/185,6ккал
2. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал
3. Какао с молоком – 200г/118,89ккал

**II завтрак:** Йогурт питьевой фруктовый – 150г/88,5ккал

### Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 180г/190,53ккал
2. Рыба отварная – 80/5г/64ккал
3. Рагу из овощей – 150г/178,61ккал
4. Огурец соленый– 50г/7ккал
5. Компот из сушеных фруктов (изюм) – 180г/98ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

### Полдник:

1. Сырник из творога – 100г/234ккал
2. Соус молочный сладкий – 50 г/50,75
3. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал

(3-7 лет)

### I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 160г/5г/185,6ккал
2. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал
3. Какао с молоком – 200г/118,89ккал

**II завтрак:** Йогурт питьевой фруктовый – 150г/88,5ккал

### Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 180г/190,53ккал
2. Рыба отварная – 80/5г/64ккал
3. Рагу из овощей – 150г/178,61ккал
4. Огурец соленый– 50г/7ккал
5. Компот из сушеных фруктов (изюм) – 180г/98ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

### Полдник:

1. Сырник из творога – 100г/234ккал
2. Соус молочный сладкий – 50 г/50,75
3. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал