

## Меню на 18.01.2023 г.

(3-7 лет)

### I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 170/5г/164,33ккал
2. Бутерброд с маслом – 40/5г/98,88ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 180г/90,5ккал

**II завтрак:** Яблоко – 150г/69ккал

### Обед:

1. Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной – 180/8г/107,64ккал
2. Рыба отварная – 80/64ккал
3. Макароны изделия – 130г/134,4ккал
4. Икра морковная – 50г/64,5ккал
5. Компот из апельсинов – 180г/76,6ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

### Полдник:

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

(2-3года)

### I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 160/3г/155ккал
2. Бутерброд с маслом – 30/3г/112,2ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал

**II завтрак:** Яблоко – 150г/69ккал

### Обед:

1. Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной – 150/5г/89,7ккал
2. Рыба отварная – 60/48ккал
3. Макароны изделия – 110г/113,7ккал
4. Икра морковная – 30г/64,5ккал
5. Компот из апельсинов – 150г/63,9ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

### Полдник:

1. Сырники из творога – 80/187,2ккал
2. Соус молочный сладкий – 50/50,75ккал
2. Чай с сахаром – 150г/28ккал