

Меню на **30 января**

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Энергетическая ценность		Размер порции	
		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ
Завтрак	Макамо сыворотное (порridge) каша молочная из овсяных хлопьев, кофейный напиток с молоком, хлеб пшеничный.	390	275	7	6
				200	150
				180	180
				20	20
2-ой завтрак	яблоко свежее	75	75	150	150
Обед	Суп картофельный с яйцом и сметаной, голубцы любительские с соусом красным, свёкла тушеная, напиток из плодов шиповника, хлеб ржаной.	815	710	200	180
				180	150
				60	50
				180	150
Полдник	Чай без сахара, конфета шокол.	115	85	200	180
				57	30
Ужин	Сырники из творога, соус сметанный слад., чай с сахаром, хлеб пшеничный.	415	305	140	110
				50	40
				200	180
				50	30
Итого за день:					

М/сестра: *Е.И.*

Шеф-повар *Р.А.*