

## МЕНЮ

**МБДОУ № 13 "ВАСИЛЕК"**  
(наименование организации) ясли

завтрак		выход блюда	энергетическая ценность (ккал)
1.	Вермишель молочная	146/4	87
2.	Бутерброд с сыром и маслом	11/5/6,5	75
3.	Какао с молоком	150	117
4.	Хлеб пшеничный	10	20
<b>второй завтрак</b>			
1.	Яблоко	80	36
<b>обед</b>			
1.	салат из свежих огурцов Щи из свежей капусты с	40	25
2.	картофелем, с мясом и сметаной	150/15/8	94
3.	Плов	110/50	344
4.	Сок фруктовый	150	66
5.	Хлеб ржаной	30	52
6.	Хлеб пшеничный	10	20
<b>полдник</b>			
1.	Пудинг из творога (запеченный)	75/10	163
2.	снежок	150	88
3.	Хлеб пшеничный	10	20



Среды 2