

Заведующая

Казарова В.О.

Меню

День 15

Наименование блюд		Вес, гр.	Калор, Ккал.	Детсад
ЗАВТРАК		Ясли		
Каша "Рябчик"		130/128	200/199	
Кофейный напиток с молоком		180/61	200/66	
-Бутерброд с маслом		35/6/128	45/6/154	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Кисломолочный напиток 100/130		100/77	130/99	
обед				
-Салат из моркови с зеленым горошком		40/41	60/65	
Рассольник ленинградский со сметаной,		180/101	200/114	
Суфле из печени		60/118	70/144	
Рис отварной с овощами		110/154	150/205	
Соки овощные, фруктовые и ягодные		160/69		
Напиток с витаминами "Витошка" для де			250/97	
Хлеб пшеничный		15/35	20/47	
Хлеб ржаной		40/78	50/97	
ПОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Напиток из шиповника		180/53	200/63	
Пирожок печеный из дрожжевого теста с		50/141	60/173	
УЖИН				
Голубцы ленивые		150/359	150/359	
Чай с сахаром		180/20	200/24	
Плоды свежие		95/42	100/44	
Хлеб пшеничный		20/47	25/59	

Итого калорийность: 1653.10 2010.56

Заведующая

Казарова В.О.

Меню

День 16

Наименование блюд		Вес, гр.	Калор, Ккал.	Детсад
ЗАВТРАК		Ясли		
5-Каша жидкая молочная		130/130	200/199	
5-Кофейный напиток с молоком		180/61	200/66	
5-Бутерброд с маслом и сыром		35/5/9/153	50/5/13/205	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
5-Молоко кипяченное 100/130		100/59	130/77	
обед				
5-Икра кабачковая (промышленного произв		30/36	50/59	
25-Свекольник со сметаной, с мясом		180/96	200/107	
25-Гуляш		60/177	80/235	
25-Рис отварной с овощами		110/154	150/205	
25-Кисель из ягод свежемороженых		180/56	200/69	
25-Хлеб пшеничный		15/35	20/47	
25-Хлеб ржаной		20/39	25/49	
ПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
25-Кисломолочный напиток 180/200		180/138	200/153	
Баранки		20/69	50/173	
УЖИН				
25-Сельдь с луком репчатым		60/109	70/130	
25-Картофель отварной		120/125	130/139	
25-Чай с лимоном		180/21	200/25	
25-Хлеб пшеничный		20/47	25/59	
25-Хлеб ржаной		20/39	25/49	

Итого калорийность: 1542.71 2045.07