

Меню

Наименование блюд		Вес, гр	Калор, Ккал.
ЗАВТРАК	Ясли	Детсад	
25-Суп молочный с крупой	150/133	200/180	
25-Какао с молоком	180/59	200/64	
25-Яйцо отварное	40/63	40/62	
25- Бутерброд с маслом	20/6/90	25/6/102	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	180/77,	200/84	
обед			
25-Салат из свеклы с чесноком и сыром	40/44	60/64	
25-Суп "Волна" со сметаной, с мясом птиц	180/166	200/183	
25-Запеканка картофельная с субпродуктам	130/2/192	150/3/229	
25-Компот из сухофруктов	180/22	200/26	
25-Хлеб пшеничный	15/35	20/47	
25-Хлеб ржаной	20/39	25/53	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК			
25-Кисломолочный напиток 180/200	180/102	200/113	
25-"Гребешок" или ватрушка с джемом (или	50/166	60/195	
УЖИН			
25-Икра кабачковая (промышленного произв	30/36	50/56	
25-Капуста, тушенная с мясом	150/209	150/209	
25-Напиток из шиповника	180/53	200/63	
25-Плоды свежие	95/42	100/43	
25-Хлеб пшеничный	20/47	25/59	
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49	
Итого калорийность:		1614.02 1880.48	

Меню

Наименование блюд		Вес, гр	Калор, Ккал.
ЗАВТРАК	Ясли	Детсад	
5-Каша жидкая молочная	130/132	200/202	
5-Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66	
5-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9/153	50/5/13/204	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
5- Кисломолочный напиток 100/130	100/51	130/65	
обед			
5-Маринад овощной	40/66	60/94	
5-Щи из свежей капусты со сметаной, с м	180/92	200/103	
5-Плов с мясом	130/262	180/370	
5-Кисель из ягод свежемороженных	180/56	200/68	
5-Хлеб пшеничный	15/35	20/47	
5-Хлеб ржаной	20/39	25/46	
ИЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК			
5-Молоко кипяченое 180/200	180/107	200/102	
5-Кондитерские изделия	30/135	55/247	
УЖИН			
5-Овощи натуральные соленые или свежие	30/3	50/5	
5-Тефтели рыбные	60/96	70/117	
5-Картофельное пюре	120/109	150/137	
5-Соки овощные, фруктовые и ягодные	180/77	200/88	
5-Хлеб пшеничный	20/47	25/56	
5-Хлеб ржаной	20/39	25/49	
Итого калорийность:		1558.48 2066.78	