

Меню

Наименование блюд		Вес, гр. / Калор, Ккал.	
		Ясли	Детсад
ЗАВТРАК			
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)		130/132	200/201
25-Кофейный напиток с молоком		180/61	200/66
25-Яйцо отварное		40/63	
25-Хлеб пшеничный		20/47	40/94
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
25- Молоко кипяченое 100/130		100/59	130/77
обед			
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблок		40/69	60/105
25-Суп картофельный с бобовыми, с мясом		180/111	200/121
25-Гренки из пшеничного хлеба		15/66	25/110
25-Азу		60/136	70/159
25-Макаронные изделия отварные с овощами		110/123	150/166
25-Кисель из ягод свежемороженых		180/56	200/69
25-Хлеб ржаной		20/39	25/49
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК			
25-Компот из ягод замороженных		180/28	200/33
25-Песочник (печенье песочное)		40/173	50/218
УЖИН			
25-Овощи натуральные соленные или свежие		30/3	50/6
25-Тетели рыбные		60/96	70/118
25-Картофельное пюре		120/109	150/138
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные		160/69	200/87
25-Плоды свежие		95/42	100/44
25-Хлеб пшеничный		20/47	25/59
25-Хлеб ржаной		20/39	25/49

Меню

Наименование блюд		Вес, гр. / Калор, Ккал.	
		Ясли	Детсад
ЗАВТРАК			
25-Суп молочный с крупой		130/116	200/178
25-Какао с молоком		180/94	200/99
25-Яйцо отварное		40/63	40/63
25-Бутерброд с маслом		20/6/90	25/6/103
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные		180/78	200/87
обед			
25-Салат "Овощная мозаика"		40/44	60/70
25-Борщ с капустой свежей со сметаной, с		180/88	200/98
25-Печень говяжья по-строгановски		60/145	70/172
25-Картофельное пюре		120/109	150/138
25-Компот из сухофруктов		180/22	200/26
25-Хлеб пшеничный		15/35	20/47
25-Хлеб ржаной		20/39	25/49
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК			
25-Кисломолочный напиток 180/200		180/138	200/153
25-Крендель сахарный		50/188	60/227
УЖИН			
25-Овощи натуральные соленные или свежие		30/6	50/11
25-Капуста, тушенная с мясом		150/209	150/209
25-Напиток из шиповника		180/53	200/63
25-Плоды свежие		95/36	100/38
25-Хлеб пшеничный		20/47	25/59
25-Хлеб ржаной		20/39	25/49

Итого калорийность: 1639.32 1935.36