



Меню на « 23 » октября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша гречневая молочная	150	200	6,8	7,7	27,6	195,1
Какао	150	200	3,2	2,6	17,5	106,0
Батон с сыром	30/5	40/8	2,6	6,0	18,0	136,6

2 Завтрак

Яблоко	150	150	0,8	0,8	19,6	94,0

Обед

Рассольник на к/б со сметаной	150	200	5,4	6,4	14,6	142,9
Картофель тушеный с курицей	150	200	11,6	9,2	28,9	244,8
Салат овощной	40	60	7,4	1,49	77,2	50,0
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

Полдник

Пряник	40	40	1,8	1,4	22,5	109,8
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Рыба тушеная с овощами	60	70	9,2	8,1	5,1	130,3
Гороховое пюре	90	130	11,2	4,0	23,4	176,0
Чай	150	200	0,1	0	12,9	51,8
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4