

20 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Вес, гр./Калорийность, Ккал	
	Ясли	Детсад
ЗАВТРАК		
-Омлет натуральный	160/215	160/215
-Икра кабачковая (промышленного производ	30/36	60/71
---Чай с молоком	180/51	200/58
-Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9/115	25/5/13/141
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок До 3-х Лет	100/43	
Соки		125/54
ОБЕД		
-Овощи натуральные соленые или свежие	40/4	60/7
-Свекольник со сметаной, с мясом	155/6/76	206/8/99
-Тефтели из говядины с рисом	50/146	70/209
-Соус красный основной	20/12	40/24
-Картофельное пюре	120/109	150/139
-Компот из свежих фруктов	180/40	200/46
Хлеб пшеничный	20/47	30/70
Хлеб ржаной	40/78	50/97
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК		
-Крендель сахарный	60/239	70/278
-Кисломолочный продукт	167/94	167/94
УЖИН		
-Голубцы ленивые	50/119	70/164
--Соус сметанный натуральный	25/64	30/77
-Винегрет овощной	100/143	130/149
-Фрукты свежие 80/80	95/36	100/38
-Кофейный напиток с молоком	180/71	200/81
Хлеб пшеничный	20/47	25/59

Итого калорийность: 1785.62 2169.67