

31 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Вес, гр./Калорийность, Ккал	
	Ясли	Детсад
ЗАВТРАК		
-Суп молочный с крупой	150/123	200/164
-Какао с молоком	180/69	200/78
--Бутерброд с маслом	20/6/90	25/6/103
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок До 3-х Лет	100/43	
Соки		125/54
ОБЕД		
-Салат из свеклы с чесноком	40/43	60/69
-Щи из свежей капусты с картофелем со см	155/8/92	206/10/122
-Рыба, тушенная в сметанном соусе	70/148	110/221
-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		
Кондитерские изделия (вафли, печенье, пр	13/46	42/147
-Молоко кипяченое	150/89	150/89
УЖИН		
-Сырники из творога запеченные с молоком	130/30/386	150/35/449
-Фрукты свежие 80/80	80/36	80/36
---Чай с молоком	180/51	200/58

Итого калорийность: 1489.31 1942.18