

Меню 02 ноября 2022 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша овсяная "Геркулес"	130	150	142,1	142,5
	Бутерброд с маслом	40	50	100,4	125,5
	Чай с молоком	180	200	42,1	46,6
	В 10 и 15 л				
Обед	Фрукты	100	100	43	43
	Салат из морской капусты	40	60	15,2	22,7
	Щи из свиней капусты	150	200	93	124
	Каша гречневая с мясом и овощами	150	200	241,6	340
	Компот из ячм	150	180	22	26,3
	Хлеб ржаной	20	30	33,8	50,6
	Хлеб пшеничный	15	20	30,1	40,1
	Полдник	Сырники из творога с молоком с сахаром	120/10	130/20	152,5
Чай с сахаром		180	200	18,5	20,4
Ужин	Цура кабачковая (консерв)	40	60	31,8	47,4
	Биточки ржаные	60	80	109,3	161,7
	Овощи отварные с маслом	120	150	134,2	173,5
	Чай с сахаром	180/5	180/5	20,4	20,4
	Хлеб ржаной	20	20	33,8	33,8