

Меню 30 августа 20 13 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша овсяная, геркулес	130	150	141.1	172.5
	Бутерброд с маслом	40	50	100.4	123.5
	Чай с медом	180	200	41.1	46.6
	Хлеб пшеничный	-	20	-	40.3
	Фрукты	100	100	96.0	96.0
Обед	Щи из свежей капусты	150	200	93	124
	с маслом, сметаной				
	Котлета рубленая из	60	80	171.3	108
	супчины, соуса томатный	25	15	19.9	19.9
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	153.8	195
Полдник	Каштан из молока	150	180	11	26.3
	Хлеб пшенич. хлеб ржан.	15/20	20/30	30.1-33.8	40.1/50.2
	Ватрушка с повидлом	50	50	151	151
	Молоко кипяченое	150	200	21.5	110
Ужин	Цыпа табаковая (консерв)	40	60	31.8	47.4
	Витамин рыбный	60	80	109.3	161.2
	Овощи отварные с маслом	120	150	134.8	173.5
	Хлеб ржаной	20	20	33.8	33.8
	Чай с сахаром	180/5	180/5	20.4	20.4