

# Меню

28.09.2013

20

года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Макароны отварные	180	150	148.0	186.6
	с сыром	40	50	100.4	118.5
	Бутерброд с сыром				
	Хлеб ржаной	-	10	-	33.8
	Чай с молоком	180	100	48.1	48.6
Обед	130г. 13г. Фрукты	100	100	44.3	44.3
	Щепа морковная	40	60	24.8	37.4
	Рассольник "Ленинградский"	180	100	139.1	154.5
	молоч. сметанов				
	Колбаса тушеная с соусом	130	170	113.0	165.0
	Компот с/ф.	150	100	14.4	19.4
	Хлеб ржаной	25	25	42.2	42.2
	Хлеб пшеничный	16	10	30.2	40.3
Полдник					
	Фефенки	25	50	41.8	143.5
	Кефир	170	100	98.4	106.0
Ужин	Тушен говядина?	60	80	122.9	154.1
	Картофельные котлеты,	120	150	164.4	223.0
	Чай с молоком	180	180	22.7	22.7
	Хлеб ржаной	20	20	33.8	33.8
	Хлеб пшеничный?	15	15	30.3	30.3