

Меню 29.09

2013 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша пшеничная перловая	180	150	142.7	145.5
	Вутерброд с маслом	30	50	25.5	125.5
	Чай с лимоном	180	180	22.7	23.2
	Хлеб ржаной	—	20	—	33.8
	Сок	150	200	68.9	94.6
Обед	Салат из курицы консер.	40	60	35.6	53.1
	Суп картофель. с макар. с картошкой и сметаной	110	180	146.8	146.4
	Пюре из рыбы	60	80	108.5	143.2
	Рис с овощами. Рис отвар.	40/40	130	108.1	172.8
	Шницель к.	150	180	68.4	82.2
	Хлеб ржаной	20	30	33.8	50.6
	Хлеб пшенич.	20	20	—	40.1
Полдник	Вершки из творога в молоке сгущенный	120/10	160/20	152.5	198.0
	Сметана	150	200	117.0	156.0
Ужин	Салат из свеклы	40	60	26.5	54.6
	Оладьи из пшени	60	80	26.6	151.5
	Капуста тушеная	120	150	88.4	120.5
	Кисель ягодный	180	200	61.2	76.8
	Хлеб ржаной	30	20	50.6	33.1