

Меню

в. 10.

20 23 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Рама кукурузная	130	180	140.7	164.0
	масло	30	40	16.5	101.0
	Бутерброд с маслом	180/15/14	180/14	21.7	23.2
	Хлеб пшеничный				
	Чай с лимоном				
	10г. Фрукты	100	100	38.0	38.0
Обед	Огурец соевый	40	60	5.2	7.8
	Сырный салат, сметана	130	200	108.8	146.0
	с Рыба запеченная в духовке	-	80	-	109.9
	с Рыба припущенная с маслом	60	-	13.6	-
	Картофель отвар. с маслом	120	150	114.8	143.5
	Кисель ягодный	180	200	61.2	76.8
	Хлеб ржаной. Хлеб пшеница	20-15	30-15	33.8-30.1	30.8-30.1
Полдник	Вареники картофельные с повидлом	110/20	120/30	169.2	210.0
	Молоко стерилизованное	150	200	21.5	110.0
	Салат из кукурузы консервированной	40	60	35.6	53.1
Ужин	Запеканка овощная с сыром	150	200	21.5	110.0
	Чай с сахаром	120	180	20.4	20.4
	Хлеб ржаной	20	20	42.2	33.8