

9 Января 2025г.

Меню

Наименование блюд	Вес, гр./Калорийность, Ккал.	
	Ясли	Д/с
ЗАВТРАК	370/316	437/355
24-Суп молочный с крупой	150/84	200/129
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	180/135	200/117
24-Бутерброд с джемом или повидлом	25/15/97	25/12/110
10 ЧАСОВ	100/60	100/58
Соки овощные, фруктовые и ягодные	100/60	100/58
ОБЕД	567/480	658/608
24-Салат из свеклы с чесноком и сыром	40/44	60/81
24-Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180/155	200/175
24-Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	130/2/185	150/3/233
24-Компот из сухофруктов	180/21	200/26
Хлеб пшеничный	15/35	20/47
Хлеб ржаной	20/39	25/47
ПОЛДНИК	200/249	240/316
24-Молоко кипяченое	150/89	180/123
24-"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	50/161	60/193
УЖИН	415/370	455/364
24-Овощи натуральные соленые или свежие	40/8	50/8
24-Капуста, тушенная с мясом	150/213	150/186
24-Напиток из шиповника	180/51	200/53
Хлеб пшеничный	25/59	30/68
Хлеб ржаной	20/39	25/49

Итого калорийность: 1475.29 1701.32