

Меню на 23 января 2024г.

Вторник

Завтрак

	ЯСЛИ	САД
Каши жидкая манная	140	150
Хлеб пшеничный	30	30
Яйцо вареное	40	40
Чай с сахаром	150	180

Второй завтрак

Бифидок	135	150
---------	-----	-----

Обед

Гуляши из отварного мяса	60	60
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	150	200
Свекла отварная	40	40
Каши рисовая рассычатая (гарнир)	90	100
Напиток из шиповника	150	180
Хлеб ржанно-пшеничный	30	37

Полдник

Запеканка из творога с рисом	60	100
Соус фруктовый	15	15
Сок фруктовый в ассортименте	150	150

Наименование показателей	Ясли	Сад
Белки, г	52	69
Жиры, г	45	60
Углеводы, г	183	230
Калорийность(ккал)	1300	1700

Меню на 24 января 2024г.

Среда

Завтрак

	ЯСЛИ	САД
Каши жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес"	140	160
Бутерброд с сыром	43	60
Чай с молоком	160	180

Второй завтрак

Снежок	135	150
--------	-----	-----

Обед

Макаронные изделия отварные с маслом сливочным (100)	70	100
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	180
Клецки мучные	15	25
Котлеты рубленые из птицы	60	60
Капуста тушеная (40)	40	50
Компот из сушеных фруктов (курага)	150	180
Хлеб ржанно-пшеничный	30	37

Полдник

Булочка домашняя	60	70
Сок фруктовый в ассортименте	150	150
Яблоко	100	100

Наименование показателей	Ясли	Сад
Белки, г	52	69
Жиры, г	45	60
Углеводы, г	183	230
Калорийность(ккал)	1300	1700

Меню на 25 января 2024г.

Четверг

Завтрак

	ЯСЛИ	САД
Каши вязкая "Дружба"	155	180
Бутерброд с маслом	30	37
Кофейный напиток с молоком	160	180

Второй завтрак

Ряженка	135	150
---------	-----	-----

Обед

Икра морковная	50	70
Суп картофельный с рыбой	150	180
Рыба тушеная с овощами	60	80
Картофельное пюре	110	130
Компот из свежих яблок	150	180
Хлеб ржанно-пшеничный	30	37

Полдник

Пудинг из творога с яблоками	80	100
Чай с сахаром	150	180
Соус фруктовый	15	15

Наименование показателей	Ясли	Сад
Белки, г	52	69
Жиры, г	45	60
Углеводы, г	183	230
Калорийность(ккал)	1300	1700