

Меню

День: 12 октября

Б: 21,2/25,0 Ж: 33,1/44,0 У: 160,9/197,0

Калорийность: 1055,8/1349,57

Наименование блюда		Ясли/ Сад	Б	Ж	У	(Ккал)
Завтрак	Время выдач и	Масса порций				
Каши ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	7.45 -	150/ 185/5	4,92 6,06	5,67 6,98	20,67 25,68	165,5 204,11
Чай с сахаром	8.15	170/200	0,04 0,04	0,01 0,01	7,92 9,3	31,73 37,3
Бутерброд с маслом		30/3 40,3/5	2,31 2,7	2,67 4,35	15,07 17,6	93,49 138,5
Второй завтрак	9.55					
Сок фруктовый	- 10.20	150/ 183,1	0,75 0,2	0	15,15 17,1	64 73,24
Обед						
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	11.40	150/200	2,1 3,13	3,06 5,34	8,7 12,98	70,95 113,47
Котлета «Улыбка»	-	60/80	2,4 3,2	6,9 9,2	4,87 6,5	115,9 154,6
Рагу из овощей	12.15	110/140	1,78 2,27	9,55 12,15	10,04 12,78	133,1 169,4
Огурец соленый		30/56	0,24 0,4	0	0,72 1,2	4,2 7,84
Напиток из сухофруктов +Вит.С.		150/200	0,33 0,44	0,01 0,02	20,83 27,78	84,75 113
Хлеб ржано-пшеничный		30/37,8	2 2,5	0,3 0,37	12,06 15,08	57,04 71,8
Полдник						
Манник	15.40 -	75/85	4,01 4,54	4,27 4,84	35,77 40,54	190,87 216,3
Соус молочный сладкий	16.10	15/15	0,28 0,27	0,67 0,66	1,95 1,95	15,22 15,21
Чай с лимоном		150/180	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 34,8