

Меню

День: 14 сентября

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

Калорийность: 1055,8/1322,3

Наименование блюда		Ясли/ Сад	Б	Ж	У	(Ккал)
Завтрак	Время выдач и	Масса порций				
<i>Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным</i>	7.45	150/ 185/5	4,92 6,06	5,67 6,98	20,67 25,68	165,5 204,11
<i>Чай с сахаром</i>	8.15	170/200	0,04 0,04	0,01 0,01	7,92 9,3	31,73 37,3
<i>Бутерброд с маслом</i>		30/3 33,4/5	2,31 2,7	2,67 4,35	15,07 17,6	93,49 114,79
Второй завтрак	9.55					
<i>Сок фруктовый</i>	- 10.20	150/ 183,3	0,75 0,2	0	15,15 17,1	64 73,32
Обед						
<i>Борщ с фасолью и картофелем со сметаной</i>	11.40	150/200	2,1 3,13	3,06 5,34	8,7 12,98	70,95 113,47
<i>Котлета «Улыбка»</i>	-	60/80	2,4 3,2	6,9 9,2	4,87 6,5	115,9 154,6
<i>Рагу из овощей</i>	12.15	110/140	1,78 2,27	9,55 12,15	10,04 12,78	133,1 169,4
<i>Огурец соленый</i>		30/46,8	0,24 0,4	0	0,72 1,2	4,2 6,5
<i>Напиток из сухофруктов +Вит.С.</i>		150/200	0,33 0,44	0,01 0,02	20,83 27,78	84,75 113
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>		30/36,6	2 2,5	0,3 0,37	12,06 15,08	57,04 69,5
Полдник						
<i>Манник</i>	15.40	75/85	4,01 4,54	4,27 4,84	35,77 40,54	190,87 216,3
<i>Соус молочный сладкий</i>	-	15/15	0,28 0,27	0,67 0,66	1,95 1,95	15,22 15,21
<i>Чай с лимоном</i>	16.10	150/180	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 34,8

