

Меню

День: 16 октября

Б: 41,8/55,6 Ж: 35,5/45,3 У: 149,5/185,3

Калорийность: 1024,3/1274,24

Наименование блюда		Ясли/ Сад	Б	Ж	У	(Ккал)
Завтрак	Время выдач и	Масса порций				
Суп молочный с макаронными изделиями	7.45	150/180	4,25 5,11	3,9 4,68	14,1 16,92	108,9 130,68
Бутерброд с сыром	- 8.15	30/10 29,4/13,7	3,11 5,77	4,58 4,62	9,7 15,05	80,14 123,1
Какао с молоком		160 /200	3,1 3,87	2,51 3,13	10,04 13,18	74,63 95,71
Второй завтрак	9.55					
Кефир	- 10.20	120/150,8	3,37 4,22	2,91 3,64	4,65 5,82	61,69 77,5
Обед						
Свекла отварная		30/50	1,95 3,25	1,53 2,56	2,64 4,4	14,1 23,5
Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	11.40 -	150/200	3,24 4,32	3,5 4,67	11,3 15,06	89,7 119,6
Биточки рубленые	12.15	60/80	9,33 12,44	6,93 9,24	9,42 12,56	137,25 183
Каша гречневая рассыпчатая		110/130	6,05 7,83	3,97 4,9	26,7 31,29	125,05 142,17
Компот из яблок+ Вит С		150/180	0,12 0,14	0,12 0,14	12,91 13,5	52 54,82
Хлеб ржано-пшеничный		30/31,5	2 2,5	0,3 0,37	12,06 15,08	57,04 59,89
Полдник						
Пирожок печеный с капустой и яйцом	15.45 -	60/70	4,52 5,25	5,23 7,31	20,78 24,24	159,80 186,37
Сок в ассортименте	16.10	150/184,5	0,75 0,9	0	15,15 18,18	64 77,9