

Меню

День: 16 сентября

Б:37,52/47,72 Ж: 32,94/47,39 У:147,25/190,81

Калорийность: 1032,41/1355,85

Наименование блюда		Ясли / Сад	Б	Ж	У	(Ккал)
Завтрак	Время выдачи	Масса порций				
Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром	7.45	150/180/5	5,09 6,07	6,38 7,87	18,53 25,4	154,981 85,96
Бутерброд с повидлом	-	30/8	2,25/ 1,96	0,18 3,09	19,72 21,9	89,53 123,9
Чай с сахаром	8.15	160/200	0,04 0,04	0,01 0,01	7,45 9,3	29,86 37,3
Второй завтрак	9.55					
Ряженка	-	120/151	3,37 4,22	2,91 3,64	4,65 5,82	61,69 77,6
Обед						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне		150/200	3,15 4,2	4,5 6	17,2 22,93	102,2 136,27
Котлеты рубленые из птицы	11.40	60/70	9,51 11,1	9,14 10,66	8,88 10,36	156 182
Макаронные изделия отварные	-	110	4,18 4,94	0,55 0,65	22,88 22,04	113,7 134,42
Капуста тушеная	12.15	30/50	0,59 0,99	1,12 1,86	2,82 4,7	23,7 39,5
Компот из сушеных фруктов (изюм)+ Вит С		150/180	0,12 0,14	0,008 0,12	11,58 21,7	47,08 88,2
Хлеб ржано пшеничный		30/36,1	2 2,5	0,3 0,37	12,06 15,08	57,04 68,6
Полдник						
Булочка домашняя	15.40	50/80	3/4,8	4/6,4	14,5 23,2	118,06 188,9
Молоко кипяченое	-	150/178,1	4,22 5,06	3,64 4,37	6,98 8,38	78,57 93,2
	16.10					

Меню

День: 17 сентября

Б:48,03/58,98 Ж: 34,41/44,57 У : 148,90/176,99

Калорийность: 1124,14/1401,61

Наименование блюда		Ясли/ Сад	Б	Ж	У	(Ккал)
Завтрак	Время выдачи	Масса порций				
Каша «Дружба»	7.45	150/3 180/5	3,7 4,42	3,9 6,7	17,9 21,6	122,2 155,82
Кофейный напиток с молоком	-	170/ 200	2,68 3,15	2,26 2,59	13,55 12,87	85,9 87,11
Бутерброд с маслом	8.15	30/3 40,1/5	2,31 2,7	2,67 4,35	15,07 17,6	93,49 137,8
Второй завтрак	9.55					
Яблоко	- 10.20	150/ 172,7	0,52 0,63	0,52 0,63	12,93 15,52	62,04 71,4
Обед						
Икра морковная		30/50	0,66 1,1	2,4 2,3	3,35 5,43	38,7 46,85
Суп картофельный с рыбой	11.40	150/ 180	16,82 20,19	4,73 5,68	12,15 14,58	158,77 190,53
Рыба, тушеная с овощами	- 12.15	60/80	5,74 7,66	2,88 3,85	1,65 2,2	55,5 86,4
Каша рисовая рассыпчатая		110/130	2,64 3,12	4,4 5,2	26,95 31,85	160,6 189,8
Компот из кураги + Вит.С.		150/180	0,12 0,14	0,1 0,12	18,1 21,72	73,5 101,7
Хлеб ржано-пшеничный		30/33,4	2 2,5	0,3 0,34	12,06 14,07	57,04 63,4
Полдник						
Омлет натуральный с маслом	15.40	120/150	10,8 3,5	10,24 12,8	8,2 0,25	188,4 233,5
Чай с сахаром	- 16.10	150/200	0,04 0,04	0,01 0,01	6,99 9,3	28 37,3