

Меню

День: 19 октября

Б:25,25/32,68 Ж: 29,27/39,10 У: 167,47/207,27

Калорийность: 1052,24/1346,71

Наименование блюда		Ясли/ Сад	Б	Ж	У	(Ккал)
Завтрак	Время выдачи	Масса порций				
Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным	7.45	150/185	5,26 6,3	6,06 7,2	21,2 25,47	159,7 197,02
Чай с сахаром	-	170/180	0,04 0,04	0,01 0,01	7,9 8,38	31,72 33,6
Бутерброд с маслом	8.15	30/3 38,9/5	2,31 2,7	2,67 4,35	15,07 17,6	93,49 133,69
Второй завтрак	9.55					
Сок фруктовый	- 10.20	150/184,2	0,75 0	0	15,15 24,3	64 99,4
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	11.40	150/15 175/25	4,53 7,53	3,15 4,98	10,32 12,82	88,41 131,13
Котлета «Улыбка»	-	60/80	2,4 3,2	6,9 9,2	4,87 6,5	115,9 154,6
Капуста тушеная	12.15	120/150	2,21 3,59	4,28 5,32	11,31 15,14	94,8 125,77
Салат из горошка зел .консерв.		30/50	0,9 1,5	1,55 2,6	1,87 3,1	24,4 40,7
Компот из сушеных фруктов (смесь)		150/200	0,33 0,44	0,01 0,02	20,83 27,78	84,75 113
Хлеб ржано-пшеничный		35/36,3	2,3 2,5	0,35 0,37	14,07 15,08	66,55 69
Полдник						
Манник	15.40	75/85	4,01 4,54	4,27 4,84	35,77 40,54	190,87 216,3
Соус фруктовый	-	15/10	0,14 0,09	0,01 0	2,01 1,34	8,65 5,76
Чай с лимоном	16.10	150/180	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 34,8

Меню

День: 20 октября

Б:41,17/ 54,33 Ж: 37,96/48,15 У: 140,74/185,40

Калорийность:1095,86/ 1436,68

Наименование блюда		Ясли/ Сад	Б	Ж	У	(Ккал)
Завтрак	Время выдач и	Масса порций				
Каша жидкая пшеничная	7.45	150/3 / 190	3,15 4,1	2,89 5,42	22,8 29,32	130 182,87
Бутерброд с сыром	- 8.15	30/10 30,3/15,2	3,11 5,77	4,58 4,62	9,7 15,05	80,14 126,9
Кофейный напиток с молоком		160 /200	2,51 3,15	2,07 2,59	10,11 12,87	68,9 87,11
Второй завтрак	9.55					
Апельсин	- 10.20	99,4	0,9	0,2	8,1	42,7
Обед						
Щи из свежей капусты с кар- ем на м/к бульоне со сметаной		150/5 180/8	6,24 7,49	4,74 5,69	9,68 11,61	108,94 130,7
Икра свекольная	11.40 -	30/50	0,7 1,16	1,74 2,9	3,7 6,2	34,08 50,05
Шницель рубленый	12.15	50/70	7,78 10,89	5,78 8,09	7,65 10,99	114,38 160,13
Каша рассыпчатая рисовая		110 /130	2,64 3,12	4,4 5,2	26,95 31,85	160,6 189,8
Напиток из шиповника		150/180	0,4 0,49	0,16 0,2	13,92 16,71	66,68 80,02
Хлеб ржано-пшеничный		30/31,3	2 2,33	0,3 0,34	12,06 14,07	57,04 59,5
Полдник						
Омлет натуральный с маслом	15.40 -	130/150	11,7 13,5	11,09 12,8	8,88 10,25	204,1 235,5
Чай с сахаром	16.10	150/180	0,04 0,04	0,01 0,01	6,99 8,38	28 33,6
Хлеб пшеничный		24,4	1,49	0,09	10	57,8