

Меню

День: 24 сентября

Б:55,08/72,47 Ж: 38,89/50,63 У: 115,62/140,59

Калорийность: 1034,63/1319,96

Наименование блюда		Ясли/ Сад	Б	Ж	У	(Ккал)
Завтрак	Время выдач и	Масса порций				
Суп молочный с макаронными изделиями	7.45	160/180	4,54 5,11	4,16 4,68	15,04 16,92	116,16 130,68
Бутерброд с маслом	8.15	30/3 36,5/5	2,31 2,7	2,67 4,35	15,07 17,6	93,49 125,4
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	120/162,8	3,37 4,22	2,91 3,64	4,65 5,82	61,69 83,7
Обед						
Огурец соленый		30/50,4	0,24 0,4	0	0,72 1,22	4,2 7
Суп картофельный с рыбой	11.40	150/190	16,83 21,31	4,67 5,99	12,15 15,39	158,72 201,11
Котлета рыбная	- 12.15	50/80	7,13 11,4	1,37 2,19	4,44 7,11	59,4 95
Рагу из овощей		120/150	1,94 2,43	10,41 13,02	10,95 13,69	145,2 181,5
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		30/35,4	2 2,5	0,3 0,37	12,06 15,08	57,04 67,3
Полдник						
Сырники из творога	15.40	70/100	13,08 18,69	8,86 12,67	8 11,4	163,8 234
Соус молочный сладкий	- 16.10	20/10	0,38 0,57	0,9 1,35	2,6 3,9	20,3 10,14
Чай с сахаром		150/180	0,04 0,04	0,01 0,01	6,99 38	28 33,6