Меню

День: 28 октября

Б: 41,8/54,5 Ж:46,4/54,8 У: 129,2/174,3

Калорийность:1100,6/ 1417,44

Наименование блюда		***Ясли/ Сад***	***Б***	***Ж***	***У***	***(Ккал)***
Завтрак	**Время выдачи**	*Масса порций*				
Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром	7.50 - 8.15	150/170	4,9 5,73	6,36 7,43	20,52 23,99	150,27 175,63
Бутерброд с сыром		30/10 30,514,5	3,11 3,55	4,58 5,16	9,7 10,92	80,14 125
Чай с молоком		160/200	1,81 2,95	1,28 2,6	7,27 9,76	47,25 61,69
Второй завтрак	9.55 - 10.20					
Печенье		10/20	0,75 1,5	0,98 1,95	7,44 14,88	41,70 83,4
Молоко кипяченое		110/143,5	3,09 3,93	2,67 3,4	5,12 6,51	57,61 75,1
Обед	11.40 - 12.15					
Бульон из кур с гренками		170/180	2,95 5,36	0,27 0,56	13,77 28,26	69,53 140
Котлеты рубленые из птицы		60/70	9,51 11,1	9,14 10,66	8,88 10,36	156 182
Рагу из овощей		120/130	1,94 2,1	10,42 11,3	10,95 11,9	145,2 157,3
Огурец соленый		30/52,5	0,24 0,4	0 0	0,72 1,2	4,2 7,0
Компот из апельсинов		150/180	0,26 0,31	0,06 0,07	15,43 18,51	64,77 77,72
Хлеб ржано-пшеничный		35/32,8	2,33 /2,5	0,35 /0,37	14,12 /15,08	66,55 62,3
Полдник	15.45 - 16.10					
Омлет натуральный с маслом		120/150	10,8 13,5	10,24 12,8	8,2 10,25	188,4 235,5
Чай с лимоном		150/180	0,06 0,08	0 0,01	7,1 8,52	29 34,8

Меню

День: 29 октября
Б: 44,6/57,0 Ж: 30,7/39,7 У: 159,8/188,5
Калорийность: 1048,38/1318,03

Наименование блюда		***Ясли/ Сад***	***Б***	***Ж***	***У***	***(Ккал)***
Завтрак	***Время выдачи***	*Масса порций*				
Каша жидкая пшеничная	*7.50 - 8.15*	*150/3 180/5*	*3,43 3,89*	*3,15 5,14*	*24,8 27,78*	*132,11 173,25*
Бутерброд с маслом		*30/3 35,1/5*	*2,31 2,7*	*2,67 4,35*	*11,26 17,6*	*93,49 120,6*
Кофейный напиток с молоком		*170/200*	*2,67 3,15*	*2,19 2,59*	*11,26 12,87*	*75,23 87,11*
Второй завтрак	*9.55 - 10.20*					
Яблоко		*150/ 146*	*0,52 0,63*	*0,52 0,63*	*12,93 15,52*	*62,04 60,3*
Обед	*11.40 - 12.15*					
Икра морковная		*30/50*	*0,66 1,1*	*1,38 2,3*	*3,25 5,43*	*28,11 46,85*
Суп картофельный с рыбой		*150/190*	*16,82 20,19*	*4,67 5,68*	*12,15 14,58*	*158,75 201,11*
Шницель рыбный натуральный		*50/3 70/4*	*8,98 12,57*	*2,68 3,75*	*5,83 8,14*	*83 116,2*
Картофельное пюре		*110/130*	*2,24 2,6*	*3,84 4,5*	*13,25 15,6*	*104,13 123,1*
Напиток из шиповника		*150/180*	*0,4 0,49*	*0,16 0,2*	*13,92 16,71*	*66,68 80,02*
Хлеб ржано-пшеничный		*30/33,1*	*2 2,5*	*0,3 0,37*	*12,1 15,08*	*57,04 62,9*
Полдник	*15.45 - 16.10*					
Пирожок печеный с капустой и яйцом		*60/80*	*4,52 6,01*	*5,23 8,36*	*20,78 27,69*	*159,80 212,99*
Чай с сахаром		*150/180*	*0,04 0,04*	*0,01 0,01*	*6,99 8,38*	*28 33,6*