Меню

День: 12 ноября
Б:48,03/58,98 Ж: 34,41/44,57 У : 148,90/176,99
Калорийность: 1155,64/1424,0

Наименование блюда		***Ясли/ Сад***	***Б***	***Ж***	***У***	***(Ккал)***
Завтрак	***Время выдачи***	*Масса порций*				
Каша «Дружба»	*7.45 - 8.15*	*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		*30/3 36,9/5*	*2,31 2,7*	*2,67 4,35*	*15,07 17,6*	*93,49 126,8*
Второй завтрак	*9.55 - 10.20*					
Яблоко		*150/ 174,2*	*0,52 0,63*	*0,52 0,63*	*12,93 15,52*	*62,04 72,05*
Обед	*11.40 - 12.15*					
Икра морковная		*30/50*	*0,66 1,1*	*2,4 2,3*	*3,35 5,43*	*38,7 46,85*
Суп картофельный с рыбой		*150/ 180*	*16,82 20,19*	*4,73 5,68*	*12,15 14,58*	*158,77 190,53*
Котлета рыбная «Любительская»		*60/80*	*5,74 11,16*	*2,88 3,85*	*1,65 2,2*	*87 116*
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		*30/35*	*2 2,5*	*0,3 0,34*	*12,06 14,07*	*57,04 66,54*
Полдник	*15.40 - 16.10*					
Омлет натуральный с маслом		*120/150*	*10,8 3,5*	*10,24 12,8*	*8,2 0,25*	*188,4 233,5*
Чай с сахаром		*150/200*	*0,04 0,04*	*0,01 0,01*	*6,99 9,3*	*28 37,3*

Меню

День: 13 ноября
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 выдачи**	*Масса порций*				
Суп молочный с макаронными изделиями	*7.45 - 8.15*	*150/180*	*4,25 5,11*	*3,9 4,68*	*14,1 16,92*	*108,9 130,68*
Бутерброд с сыром		*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 - 10.20*					
Кефир		*120/150,8*	*3,37 4,22*	*2,91 3,64*	*4,65 5,82*	*61,69 77,5*
Обед	*11.40 - 12.15*					
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		*150/200*	*3,24 4,32*	*3,5 4,67*	*11,3 15,06*	*89,7 119,6*
Биточки рубленные		*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	*15.45 - 16.10*					
Пирожок печеный с капустой и яйцом		*60/70*	*4,52 5,25*	*5,23 7,31*	*20,78 24,24*	*159,80 186,37*
Сок в ассортименте		*150/184,5*	*0,75 0,9*	*0*	*15,15 18,18*	*64 77,9*

Меню

День: 16 ноября

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 пшенная на сгущенном молоке с маслом сливочным	7.45 - 8.15	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		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 - 10.20					
Сок фруктовый		150/184,2	0,75 0	0	15,15 24,3	64 99,4
Обед	11.40 - 12.15					
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками		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		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	15.40 - 16.10					
Манник		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		150/180	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 34,8

Меню

День: 17 ноября

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 выдачи**	*Масса порций*				
Каша жидкая пшеничная	7.45 - 8.15	150/3 / 190	3,15 4,1	2,89 5,42	22,8 29,32	130 182,87
Бутерброд с сыром		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 - 10.20					
Апельсин		99,4	0,9	0,2	8,1	42,7
Обед	11.40 - 12.15					
Щи из свежей капусты с карем 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		30/50	0,7 1,16	1,74 2,9	3,7 6,2	34,08 50,05
Шницель рубленный		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	15.40 - 16.10					
Омлет натуральный с маслом		130/150	11,7 13,5	11,09 12,8	8,88 10,25	204,1 235,5
Чай с сахаром		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