

Меню на 14 октября 2024г.

	ясли		дошкольники	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
Завтрак 8-00				
Сыр порциями	10	53	10	53
Каша геркулесовая молочная	130	199,5	150	199,5
Батон	30	103	30	103
Чай с сахаром	180	33	180	33
итого за завтрак	350	388,5	370	388,5
Второй завтрак 10-00				
Йогурт питьевой	100	85,8	100	85,8
Обед 12-00				
Огурец консервированный	10	78	20	78
Суп-пюре гороховый с гречками	155	74,1	210	74,1
Плов с мясом свинины	150	358,7	180	358,7
Напиток из шиповника	150	46,5	180	46,5
Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной/30/20	50	125	50	125
итого за обед	515	682,3	640	682,3
Полдник 15-00				
Макароны с сыром	100	62	100	62
Чай с молоком	150	52,5	180	52,5
Коржик	50	185,3	60	185,3
Хлеб ржаной	10	19	10	19
итого за полдник	310	318,8	350	318,8
Итого за день	1275	1475,4	1460	1475,4