

Меню на 30 октября 2024г.

| | ясли | | дошкольники | |
|--------------------------------------|------------------|----------------------------------|------------------|----------------------------------|
| | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал |
| Завтрак 8-00 | | | | |
| Батон с маслом сливочным | 35 | 103 | 35 | 103 |
| Каша кукурузная молочная | 130 | 230 | 150 | 230 |
| Чай с сахаром | 180 | 38,5 | 180 | 38,5 |
| итого за завтрак | 345 | 371,5 | 365 | 371,5 |
| Второй завтрак 10-00 | | | | |
| Яблоки | 100 | 85,8 | 100 | 85,8 |
| Обед 12-00 | | | | |
| Салат из капусты с морковью | 30 | 51,3 | 50 | 51,3 |
| Борщ со сметаной 150/5 | 155 | 103,6 | 205 | 103,6 |
| Каша "царская" с курой | 150 | 133 | 180 | 133 |
| Компот из кураги | 150 | 90,9 | 180 | 90,9 |
| Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной/30/20 | 50 | 125 | 50 | 125 |
| итого за обед | 535 | 503,8 | 665 | 503,8 |
| Полдник 15-00 | | | | |
| Макароны запеченные с яйцом | 100 | 289 | 100 | 289 |
| Молоко кипячёное | 150 | 128 | 180 | 128 |
| Хлеб ржаной | 10 | 19 | 10 | 19 |
| итого за полдник | 260 | 436 | 290 | 436 |
| Итого за день | 1240 | 1397,1 | 1420 | 1397,1 |