

«21 » июля 2025г.



Меню

	Норма		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
1. Суп молочный вермишелевый	150	200	100,40	123,9
2. Какао с молоком	180	200	77,54	91,75
3. Батон с маслом	20/5	36/5	92,33	130,93
Второй завтрак				
1. Сок фруктовый	100	150	45,15	46,16
Обед				
1. Икра кабачковая	45	60	48,56	49,65
2. Щи на мясокостном бульоне со сметаной	180/6	200/6	93,18	120,62
3. Жаркое по-домашнему с мясом	120	150	208,49	252,32
4. Компот из сухофруктов	150	200	33,21	41,68
5. Хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
6. Хлеб пшеничный	20	21	44,26	44,26
Полдник				
1. Чай с посыпкой	50	80	99,4	156,8
2. Отвар шиповника	150	200	78	94
Ужин				
1. Каша ячневая молочная сладкая с маслом	150	200	197,37	219,3
2. Яйцо отварное	40	40	63	63
3. Чай с сахаром	180	200	25,38	29,68
4. Хлеб пшеничный	20	21	66,39	66,39
Рекомендуем приготовить на ужин дома:				
Рыба запечённая с овощами				
Банан				

Старшая медсестра