

Заведующий

Утверждаю:

Шигапова Т.М.

Меню

Наименование блюд	Вес, гр./Калорийность, Ккал.	
	Ясли	Детсад
ЗАВТРАК		
Омлет натуральный	150/200	150/200
Зеленый горошек или кукуруза консервиров	40/25	50/31
Какао с молоком	180/59	200/64
Хлеб пшеничный	20/47	40/94
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Молоко кипяченое 100/130	100/62	130/74
ОБЕД		
Салат из свеклы (или моркови) с изюмом (	40/55	60/77
Суп с лапшой, с мясом птицы	180/97	200/106
Котлеты, биточки, шницели рыбные	60/124	70/143
Картофельное пюре	120/109	150/138
Лимонный напиток	180/62	200/71
Хлеб пшеничный	15/35	20/47
Хлеб ржаной	40/78	50/97
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток 180/200	180/138	
Соки овощные, фруктовые и ягодные		200/87
Кондитерские изделия	35/158	55/248
УЖИН		
Пудинг творожный	130/298	180/412
Молоко сгущенное	10/29	15/44
Чай с молоком	180/34	200/39
Фрукты свежие	95/42	100/44

Итого калорийность: 1651.83/2013.76