

Заведующий

Шигапова Т.М.

Меню



Наименование блюд	Вес, гр./Калорийность, Ккал.	
	Если	Детсад
ЗАВТРАК		
Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130/132	200/201
Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/9/140	35/5/13/167
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Молоко кипяченое 100/130	100/59	130/77
ОБЕД		
Салат "Океан" (с кальмарами)	40/91	60/137
Борщ с капустой свежей со сметаной, с мя	180/88	200/98
Птица отварная	55/112	70/142
Макаронные изделия отварные с овощами	110/133	150/179
Кисель из ягод свежемороженых	180/51	200/64
Хлеб пшеничный	15/35	20/47
Хлеб ржаной	20/39	25/49
ПОЛДНИК		
Компот из ягод замороженных	180/23	200/28
Булочка домашняя	50/205	60/247
УЖИН		
Кукуруза с яйцом	40/43	60/60
Рагу из овощей с мясом	150/183	200/247
Чай с лимоном	180/21	200/25
Плоды свежие	95/42	100/44
Хлеб пшеничный	20/47	25/59
Хлеб ржаной	20/39	25/49

Итого калорийность: 1543.50/1982.45