

Заведующий

Шигапова Т.М.

Меню



Наименование блюд	Вес, гр./Калорийность, Ккал.	
	Ясли	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	100/62	130/74
ОБЕД		
Овощи натуральные соленные или свежие	30/6	50/10
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/127	200/141
Суфле из кур с рисом	50/3/172	70/4/237
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
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50/183	60/216
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: 1538.36/1960.54