

Меню

		Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Калорийн ость	Вес	Калорийн ость
12 декабря 2024 г.					
Завтрак	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ;			200,0	362
	Каша манная молочная жидкая	140,0	72	200,0	103
	Чай с сахаром			190,0	39
	Чай с молоком (2-й вариант)	180,0	62	190,0	65
	Бутерброд с джемом	30,0	88	40,0	117
Второй завтрак	Ряженка			168,9	86
	КОМПОТ ИЗ КРЫЖОВНИКА ИЛИ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ			180,0	80
	Молоко свежее	125,0	75	154,3	93
Обед	БОРЩ С МЯСОМ			200,0	86
	Рыбий жир в капсулах			8,0	0
	Суп картофельный с рыбой	150,0	62	200,0	83
	Запеканка картофельная с печенью	176,0	242	200,0	275
	Салат из белокочанной капусты с морковью	40,0	54	50,0	68
	КОМПОТ ИЗ КРЫЖОВНИКА ИЛИ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ	150,0	67	180,0	80
	Хлеб	40,0	70	53,7	93
Уплотненн ый полдник	Гуляш из говядины			65,0	140
	Рыба, тушенная в томате с овощами	60,0	61	65,0	66
	Овощи отварные с маслом (капуста)	110,0	49	130,0	58
	Сок 0,2	145,5	66		
	Соки овощные, фруктовые и ягодные			174,6	80
	Батон нарезной	30,0	84	27,2	76