

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				

Завтрак

4	5	13	110	0,150	Каша манная молочная	13,53
-	-	-	3	25	Бутерброды с маслом	4,12
3	2	11	77	150	Чай с молоком	7,87
-	-	4	16	40	Пюре морковно-яблочное	3,29
						28,81

Обед

4	2	9	68	150	Рассольник рыбный со сметаной	18,47
7	10	18	191	130	Плов из кур	36,68
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный	-
2	-	18	76	40	Хлеб ржаной	-
-	-	21	82	0,150	Напиток из плодов шиповника	5,08
1	2	3	37	40	Винегрет овощной	3,32
						63,55

Второй завтрак

5	4	8	85	150	Молоко кипяченое	12,03
						12,03

Полдник

1	-	12	51	0,120	Сок натуральный	10,20
13	12	30	276	0,150	Пудинг из творога с яблоками	51,29
-	2	1	27	30	Соус сметанный	3,59
						65,08
42	41	158	1 141			169,47

Второй завтрак

5	5	9	102	180	Молоко кипяченое	14,43
						14,43

Полдник

1	-	12	51	0,120	Сок натуральный	10,20
16	15	36	332	0,180	Пудинг из творога с яблоками	62,71
-	3	1	35	40	Соус сметанный	4,93
						77,84
47	51	186	1 351			202,72

