

Меню Дети ЗК

Меню Ясли ЗК

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Стоимость	Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Стоимость
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Второй завтрак													
1		16	46	фруктовый сок	100	4,86	1		16	46	фруктовый сок	100	4,86
Завтрак													
4	4	17	119	КАКАО	200	12,40	3	3	13	89	КАКАО	150	11,11
		1	5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	6,05					БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	5,15
								3					
6	7	26	192	КАША ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	14,39	4	6	20	144	КАША ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	10,71
Обед													
6	5	22	149	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ СО СМЕТАНОЙ ТЕХ.К.	200	7,38	4	4	18	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ СО СМЕТАНОЙ ТЕХ.К.	150	5,16
4	6	22	158	Картофельное пюре	150	10,69	3	5	20	137	Картофельное пюре	130	8,95
		22	88	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко)	200	7,92			18	74	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко)	150	7,19
2		15	71	хлеб пшеничный	30	1,44	2		14	71	хлеб пшеничный	20	0,96
3	1	20	95	хлеб ржаной	50	2,57	3	1	17	87	хлеб ржаной	40	2,06
10	15	4	327	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ в соусе	80/6	28,44	9	13	4	286	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ в соусе	70/5	25,24
Полдник													
3	3	15	95	чай с молоком	180	6,90	2	2	12	73	чай с молоком	150	5,84
5	4	25	157	Ватрушка с повидлом	60	8,85	5	4	25	157	Ватрушка с повидлом	60	8,88
Ужин													
3	6	10	110	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	8,59	2	5	8	88	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	120	6,93
		17	63	Чай с шиповником	200	3,57			12	47	Чай с шиповником	150	2,15
2		15	71	хлеб пшеничный	30	1,44	2		14	71	хлеб пшеничный	20	0,96
12	2	3	83	котлеты (биточки) рыбные	70	21,76	9	2	3	69	котлеты (биточки) рыбные	60	17,36
61	54	251	1 828			147,26	51	45	214	1 546			123,50

Руководитель Доронина Т.Н.