

05 августа 2014 г.
 Меню _____ года

	Наименование блюда	Выход блюда			
		В граммах		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша манная жидкая	130	150	137,3	173,3
	Бутерброд с сыром	40	50	109,2	136,3
	Какао на молоке	180	200	83,7	93,3
II завтрак	Фрукты	100	100	47,0	47,0
Обед	Сельдь @ лук @ капуста	45	60	62,56	110
	Суп гороховый с мясом	150	200	91,6	122
	Жаркое по-домашнему	150	200	224,0	309
	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	180	180	77,46	83
	Хлеб ржаной	20	30	33,8	50,3
	Хлеб пшеничный	15	15	30,3	30,3
Полдник	Пирожок с капустой	50	50	89,0	89,0
	Напиток кисломолочный «Снежок»	180	200	140,4	153,3
Ужин	Омлет с морковью	150	200	145,0	220
	Мясо отварное	60	70	153,5	189
	Напиток из плодов шиповника	180	180	82,2	82,2
	Хлеб ржаной	20	20	33,8	33,8