

# Меню

01 ноября

20 11 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша манная теркая	130	155	137,3	148
	Бутерброд с сыром	40	50	109,2	136,5
	Какао на молоке	180	200	23,7	93
В 10 и 15 м	Фрукты	100	100	47	47
Обед	Салат из овощей с сельдью	40	60	0,0	0,0
	Суп гороховый с мясом	150	200	91,6	309,4
	Картофельная каша	150	200	22,4	121,7
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	14,4	19,4
	Над ржаной	20	30	33,8	50,6
	Над пшеничной	15	15	30,3	30,3
Полдник	Фирток с капустой	50	60	29	29
	Над пшеничной "Сметок"	180	200	140,4	156
Ужин	Омлет с морковью	150	200	145	220
	Мясное отварное	60	40	153,5	189,6
	Над из плодов шпривика	180	180	22,2	22,2
	Над ржаной	20	20	33,8	33,8