

9 августа 2024

5

	Наименование блюда	Выход блюда			
		В граммах		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша пшенная жидкая	130	150	142,7	175,5
	Бутерброд с маслом	30	50	75,3	125,5
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	22,7	23,2
II завтрак	Фрукты	150	200	68,9	97,6
	<i>Кол. кукур. сок реп.</i>	40	60	35,6	53,1
Обед	Суп картофельный с макаронами с курицей и сметаной	180	180	145,8	146,4
	Рулет из рыбы	60	80	108,5	143,2
	<i>с овощами</i>	40/70	-	108,1	-
	Рис отварной	-	130	-	172,8
	Напиток из плодов шиповника	150	180	68,4	82,2
	Хлеб ржаной	20	30	33,8	50,6
	Хлеб пшеничный	15	20	30,1	40,1
Полдник	Сырники из творога с молоком сгущенным	120/10	130/20	152,5	198
	Напиток кисломолочный «Снежок»	150	200	117,0	156
Ужин	<i>Маринада</i> Салат из свеклы <i>е щец.</i>	40	60	36,5	54,6
	Оладьи из печени	60	80	86,6	131,5
	Капуста тушеная	120	150	88,4	120,5
	Кисель ягодный	180	200	61,2	76,8
	Хлеб ржаной	30	20	50,6	33,8