

МЕНЮ-ИНФОРМАЦИЯ
на «19» декабря 2015 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход порций		Энергетическая ценность, ккал	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Влажные овсяные хлопья	120	150	165	204
	Икра кабачковая	80	60	23,4	46,8
	Чай с сахаром	180	200	24,12	46,8
	Творог с маслом, сметаной	20/4/4	20/10/12	116,02	190,4
	Итого за завтрак	364	452	328,54	471
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	180	200	82,8	92
ОБЕД	Свекольник со сметаной	180	200	64,34	82,78
	Куриный суп с картофелем	60	80	68	90,1
	Картофель тушеный в соусе	110	130	136,4	190
	Салат из моркови и яблок	80	50	37,1	61,8
	Компот из сухофруктов	150	200	60,8	81
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	84
	Итого за обед	570	480	436,24	592,68
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	200	85	113,34
	Булочка изюмная	50	60	143,8	172,6
	Итого за полдник	200	260	228,5	285,94
УЖИН	Суп бараний	40	40	56,6	56,6
	Каша манная	150	200	193	256
	Мясная тефля				
	Картофельная каша	180	200	74,4	86
	Сок с молоком				
	Хлеб пшеничный	80	80	70,5	70,5
Итого за ужин		400	480	294,5	469,1
Итого за день		1414	1112	1443,58	1910,72