

Меню питания детей на 13.03.2024

		Выход Блюда ясли	Вых од блюд а сад	Б	Ж	У	Ккал
<i>Завтрак</i>	- каша молочная кукурузная	150	180	4,7/5,2	6,1/7,8	16,0/18,7	139/166
	- чай с ягодой	150	180	-	-	5.0/6.0	32/35
	- бутерброд с маслом ,сыром	30/4	42/5	4,9/5,3	6,6/7.5	11,8/14.7	128/136
<i>Второй завтрак</i>	- яблоко – сад - сок - ясли	100	96	-	-	6,0/6,4	40/42
<i>Обед</i>	- салат солнышко	-	50	0,7/0,9	3.6/4,8	4,1/5,5	42
	- суп харчо	150	180	1,5/1,8	3,0/3,2	8,1/9,0	157/198
	- рожки	80	110	0,5/0,8	0,3/0,6	11/14	95/103
	- котлета рыбная	60/20	70/30	6,8/8.2	2,8/3,7	4,2/5,3	59,2/66.9
	- соус						
	- кисель	150	180	-	-	4,0/4,8	22/26
- хлеб	30	45	2,5/3,3	0,5/0,6	20,5/16,7	73,1/89,5	
<i>полдник</i>	- икра кабачковая	30	40	0,5/0.7	3,5/3,7	3,2/3.8	37/49
	- омлет	100	110	10,8/13.6	14.8/18,5	1,8/2,2	183/201
	- чай с лимоном	150	180	0,9/1,2	2,0/2,4	9,8/12,6	78/117
	- вафля	10	10				
	- хлеб	15	24	1,5/1,8	0Ю1/0,2	9.2/10,9	42/52
							Итого: Ясли – 1085
							Сад- 1281