

Меню



Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150	171	180	203
	Кофейный напиток на молоке	150	76	170	94
	Батон нарезной в/с обогащенный витаминами	25	48	30	48
	Джем (порциями)	10	26	15	31
Итого:		330	321	405	376
II Завтрак	Сок фруктовый	100	53	100	53
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	87	180	129
	Рыба тушеная с овощами	50	189	70	227
	Картофельное пюре	100	143	120	183
	Овощи свежие порциями (огурец)	15	15	20	18
	Сметана	5	7	6	11
	Компот из смеси сухофруктов	150	58	180	79
	Хлеб «Целебный»	40	65	50	90
Итого:		545	564	700	737
Уплотненный полдник	Макаронные изделия отварные	100	158	120	184
	Колбасные изделия отварные	50	174	60	197
	Чай с сахаром	150	52	180	64
	Фрукты свежие (яблоки)	95	114	100	114
Итого:		460	475	500	536
Итого за день:			1398		1684

