

МЕНЮ

10 декабря 2021 г.

Ясли 12 часов



Ирина С. П.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ	145	7,8	12,2	5,1	162
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	4,1	3,3	15	107
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	190	4,6	4,9	15,8	127
Итого		16,5	20,4	35,9	396
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	152	0,8	0,2	14,9	64
Итого		0,8	0,2	14,9	64
Обед					
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУР.БУЛ	200	5,7	3,5	19,7	134
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	80	4,8	2,7	21,4	128
ГУЛЯШ ИЗ КУР	90	1	3,1	5,2	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,3	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16,2	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,5	0,1	9,6	45
Итого		15,5	9,7	79,4	466
Полдник					
БИФИДОК	137	4,6	3,4	7,5	83
Итого		4,6	3,4	7,5	83
Ужин					
КОТЛЕТЫ КАПУСТНЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	140	6,2	5,5	21,9	162
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
ЗЕФИР	17	0,1		13,3	54
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		7,9	6,1	45,7	269
Всего		45,3	39,8	183,4	1278

Медицинская сестра Ел Елеференко С. Ю.

Стоимость: 136 р



МЕНЮ

10 декабря 2021 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ	165	11	15,8	6,1	212
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	4,5	3,8	15	113
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	210	5,4	5,9	19	153
Итого		20,9	25,5	40,1	478
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	182	0,9	0,2	17,8	76
Итого		0,9	0,2	17,8	76
Обед					
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУР.БУЛ	250	8,4	6	28,3	202
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	100	5,3	3,7	24,3	152
ГУЛЯШ ИЗ КУР	115	1,2	5,3	6,8	80
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,6	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,2	0,4	20,2	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,6	0,2	17,2	81
Итого		20,7	15,6	106,4	650
Полдник					
БИФИДОК	164	5,6	4,1	9	100
Итого		5,6	4,1	9	100
Ужин					
КОТЛЕТЫ КАПУСТНЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	7,2	8,2	25	204
ЗЕФИР	33	0,3		26,1	107
ЧАЙ	200	0,2		0,3	2
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,4	53
Итого		9,2	8,8	61,8	366
Всего		57,3	54,2	235,1	1670

Медицинская сестра Ев Елеференко С.Ю.

Стоимость: 136р