

Меню

2 день			Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суфле из творога	0,080	0,110	8,85	12,16	10,35	14,24	13,36	18,38	194,21	267,04
Соус яблочный	0,020	0,030	0,02	0,03	0,02	0,03	3,41	5,11	13,86	20,79
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Батон	0,027	0,030	2,90	3,30	1,20	1,50	11,80	13,20	74,00	82,20
Какао с молоком	0,150	0,0180	3,06	3,67	2,66	3,19	13,18	15,82	89,17	107,00
Второй завтрак										
Сок яблочный	0,165	0,165	0,83	0,83	0,00	0,00	16,67	16,67	70,40	70,40
Обед										
Огурцы соленые	0,030	0,040	0,35	0,47	0,01	0,01	1,15	1,53	7,20	9,60
Суп картофельный вегетарианский	0,160	0,180	1,60	1,80	2,49	2,80	11,00	12,38	76,35	85,90
Котлеты рыбные любительские	0,050	0,060	6,88	8,25	2,24	2,69	5,57	6,68	70,00	84,00
Картофельное пюре	0,100	0,110	2,04	2,25	3,20	3,52	13,63	14,99	91,50	100,65
Компот из ягод	0,160	0,160	0,17	0,17	0,05	0,05	18,15	18,15	73,76	73,76
Хлеб пшеничный	0,010	0,010	1,10	1,10	0,50	0,50	4,40	4,40	27,40	27,40
Хлеб ржаной	0,032	0,040	1,92	2,40	0,32	0,40	14,24	17,80	69,44	86,80
Уплотненный полдник										
Крендель сахарный	0,050	0,060	3,54	4,25	6,57	7,88	27,87	33,44	185,00	222,00
Икра кабачковая	0,030	0,040	0,30	0,40	1,65	2,20	1,82	2,43	23,90	31,86
Рулет с луком и яйцом	0,055	0,060	6,84	7,46	5,64	6,15	5,38	5,87	99,92	109,00
Каша ячневая рассыпчатая	0,100	0,110	5,74	6,31	4,06	4,47	25,76	28,34	162,50	178,75
Чай с лимоном	0,160	0,160	0,10	0,10	0,02	0,02	8,29	8,29	33,29	33,29
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
Итого			47,320	57,038	43,646	52,713	200,124	232,217	1409,092	1665,038
Спец по питанию										
Сенив М.В.										
Повар										
Коптева С.А.										