



Заведующий

Недомовная Л П

21 Августа 2024г.

Меню

~ 18

Наименование блюд	Вес, гр./Калорийность, Ккал.	
	Ясли	Детсад
ЗАВТРАК		
+Каша пшенная молочная с фруктами	130/163	150/196
+Яйцо отварное	40/63	40/63
+Гренки с сыром	20/10/101	30/20/168
+Какао с молоком	180/92	200/104
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
+Фрукты свежие	95/42	100/44
ОБЕД		
+Салат с кальмарами "Морской"	40/66	60/97
+ Щи из свежей капусты со сметаной, с мя	150/97	180/115
+Котлеты рыбные	60/87	80/116
+Картофель тушеный	110/126	130/152
+Компот из свежих фруктов	150/41	180/48
Хлеб пшеничный		15/35
Хлеб ржаной	40/78	50/97
полдник		
+Кисломолочный напиток	180/102	200/113
уплотненный полдник		
+Голубцы ленивые ,в красном соусе	130/338	150/368
+Чай с молоком	150/56	180/65
+Пирожок с печенью	60/181	60/181
Хлеб пшеничный	15/35	15/35

Итого калорийность: 1668.79 1997.87