

Меню

3 Марта 2025г.

Наименование блюд	Вес, гр. / Калор, Ккал.	
	Ясли	Детсад
ЗАВТРАК		
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130/132	200/201
25-Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
25-Хлеб пшеничный	20/47	40/94
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
25-.Молоко кипяченое 100/130	100/59	130/77
ОБЕД		
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40/71	60/108
25-.Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180/111	200/121
25-Гренки из пшеничного хлеба	15/66	25/110
25-Азу	60/136	70/159
25-Макаронные изделия отварные с овощами	110/123	150/166
25-Кисель из ягод свежемороженых	180/51	200/64
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49
ПОЛДНИК		
25-Компот из ягод замороженных	180/28	200/33
25-Песочник (печенье песочное)	40/175	50/221
Ужин		
25-Овощи натуральные соленые или свежие	30/6	50/10
25-Тефтели рыбные	60/124	70/152
25-Картофельное пюре	120/109	150/138
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	160/69	200/87
25-Плоды свежие	95/42	100/44
25-Хлеб пшеничный	20/47	25/59
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49

Итого калорийность: 1535.90 2005.94