



МЕНЮ

22 декабря 2023г.



Ясли/сад

ЗАВТРАК

Омлет натуральный - 120/135 гр (Ккал – 213,78/237,54)

Горошек конс. – 20/20 гр (Ккал – 4,5/4,5)

Батон - 30/30 гр (Ккал – 59,32/59,32)

Какао с молоком - 180/200 мл (Ккал – 91,33/109,6)

2 ЗАВТРАК

Сок фруктовый – 100/100 мл (Ккал – 56/56)

ОБЕД

Салат из свеклы с горошком конс.– 40/60 гр (Ккал – 49,6/74,4)

Суп курин.с вермишелью – 180/200 гр (Ккал – 67,73/75,26)

Суфле куринное - 50/60 гр (Ккал – 83,66/125,5)

Рис отварной – 100/110 гр (Ккал – 146,1/160,71)

Компот из клюквы – 150/180 мл (Ккал – 52,86/63,44)

Хлеб - 40/55 гр (Ккал – 94,24/138,73)

ПОЛДНИК

Булочка «Домашняя» – 50/60 гр (Ккал – 195,1/210,1)

Кефир - 200/205 мл (Ккал – 109,5/112,5)

УЖИН

Огурец свежий - 35/40 гр (Ккал – 4,0/4,38)

Гуляш из говядины (сердце) – 80/100 гр (Ккал– 274,14/342,68)

Картофель в молоке – 100/110 гр (Ккал – 75,9/83,5)

Чай - 150/180 мл (Ккал – 53,33/64,0)

Хлеб - 40/45 гр (Ккал – 94,24/106,02)

