



МЕНЮ

16 ноября 2023г

Ясли/сад

ЗАВТРАК

Лапшевник с творогом - 140/150гр (Ккал – 182,55/200,81)

Батон - 40/50 гр (Ккал – 79,1/99,1)

Чай зелёный с молоком - 180/200 мл (Ккал – 53,49/64,2)

2 ЗАВТРАК

Сок овощной – 100/100 мл (Ккал – 43/43)

ОБЕД

Салат из свеж. помидор. и сл. перца – 40/60 гр (Ккал – 55,4/83,1)

Свекольник – 180/200 гр (Ккал – 92,25/102,5)

Говядина, тушен. с овощ. и картоф.-160/180гр(Ккал -108,71/122,3)

Компот из кураги – 150/170 мл (Ккал – 62,7/75,24)

Витаминизация – 0,05 мг

Хлеб - 40/55 гр (Ккал – 94,24/138,73)

ПОЛДНИК

Булочка «Домашняя» – 60/70 гр (Ккал – 237,42/277,0)

Йогурт - 200/210 мл (Ккал – 138,6/138,6)

УЖИН

Огурец конс. - 20/40 гр (Ккал – 4,2/4,2)

Запеканка картофельная с мясом –150/160гр(Ккал– 279,84/298,5)

Чай - 180/200 мл (Ккал – 53,33/64,0)

Хлеб - 40/55 гр (Ккал – 94,24/106,02)

