

Меню на 18.03.2022

Завтрак	Ясли		Сад	
	Гр	Ккал	Гр	Ккал
Морковь запеченная с сахаром	40	29,3	60	33,8
Суп молочный с гречневой крупой	150	98,85	200	131,8
Кофейный напиток с молоком	150	87,85	200	101,8
Хлеб пшеничный	30	70,5	40	94

Второй Завтрак

Сок	200	92	200	92
-----	-----	----	-----	----

Обед

Щи из свежей капусты со сметаной	150/5	45,45/8,1	200/5,77	60,6/8,3
Плов с мясом	180	395,66	230	479,44
Кисель из концентрата	150	91,5	200	122
Хлеб ржаной	40	69,9	52,3	87,38

Полдник

Вафли	30	103,13	30	103,13
Кефир	170	134,3	215	170

Ужин

Огурец консервированный	40	52	65	6,5
Картофель тушеный	180	170,03	180	170,03
Чай с лимоном полусладкий	150/5	23,14	200/7	34,3
Хлеб пшеничный	30	70,5	38,46	93

