

меню на 10 октября

	Завтрак	ясли	калор-ть	сад 12	калор-ть
	масло/сыр	10	51,1	14	71,5
	батон	22	66	35	110
1-е блюдо					
2-е блюдо	каша пшенная	150	145	200	193,2
напиток	какао с молоком	150	94,5	200	126
			356,6		500,7
	Обед				
	хлеб ржаной	22	66	50	110
суп	щи со смет	150/4	55/6,4	200/5,5	73,1/8,8
2-е блюдо	макароньы отварные	100	153,5	130	197,8
	мякоть куры	30	163,4	50	273,6
	соус сметанный	30	39,1	50	61,9
напиток	из сухофруктов	150	51,3	200	69,2
			534,7		794,3
	Полдник				
	хлеб ржаной	30	66	45	110
салат	икра свекольная	75	75,6	95	93
1-е блюдо	рыба припуц из минтая	60	54,4	75	68
2-е блюдо					
напиток	чай	150	28,8	200	38,3
			224,8		309,3

Мед.сестра Давыдова Ю.А.

меню на 10 октября

	Завтрак	сад 10	калор-ть
	масло/сыр	10	51,1
	батон	22	110
1-е блюдо			
2-е блюдо	каша пшенная	150	145
напиток	какао с молоком	150	94,5
			400,6
	Обед		
	хлеб ржаной	22	110
суп	щи со смет	200/5,5	73,1/8,8
2-е блюдо	макароньы отварные	100	153,5
	мякоть куры	30	163,4
	соус сметанный	30	39,1
напиток	из сухофруктов	200	69,2
			617
	Полдник		
	хлеб ржаной	40	110
салат	икра свекольная	95	93
1-е блюдо	рыба припуц из минтая	60	54,4
2-е блюдо			
напиток	чай	200	38,3
			295,7

Мед.сестра Давыдова Ю.А.