

меню на 11 декабря

	Завтрак	ясли	калор-ть	сад 12	калор-ть
	пряник	1	62,3	1	62,3
1-е блюдо	макароны с сыром	100	169,5	130	221,3
2-е блюдо	яйцо	1/2	35,3	1/2	35,3
напиток	чай с молоком	150	78,2	200	105,8
			345,3		424,7
	Обед				
	хлеб	45	88	50	110
суп	свекольник\смет	150/7	62,3/6,4	200/11	82,1/8,8
2-е блюдо	рис припущ с овощами	100	155,1	130	202,8
	поджарка из рыбы	40	83,7	65	138,3
	подлив	30	17,2	50	28,7
напиток	напит из с\фр	150	51,3	200	69,2
			464		639,8
	Полдник				
	хлеб	22	66	48	110
салат	салат из капусты	30	31,1	50	48,3
1-е блюдо	картоф запеч с яйцом	100	145,1	150	216,8
2-е блюдо					
напиток	чай с молоком/чай	150	78,2	200	38,3
			342,3		413,5

Мед.сестра Давыдова Ю.А.

меню на 11 декабря

	Завтрак	сад 10	калор-ть
	пряник	1	62,3
1-е блюдо	макароны с сыром	100	169,5
2-е блюдо	яйцо	1/2	35,3
напиток	чай с молоком	200	105,8
			372,9
	Обед		
	хлеб	50	110
суп	свекольник\смет	200/5,5	82,1/8,8
2-е блюдо	рис припущ с овощами	100	155,1
	поджарка из рыбы	40	83,7
	подлив	30	17,2
напиток	напит из с\фр	200	69,2
			486,1
	Полдник		
	хлеб	22	110
салат	салат из капусты	30	31,1
1-е блюдо	картоф запеч с яйц	100	145,1
2-е блюдо			
напиток	чай	200	38,3
			302,4

Мед.сестра Давыдова Ю.А.