

меню на 20 октября

	Завтрак	ясли	калор-ть	сад 12	калор-ть
	батон с сыром	22/10	66/36	29/10	110/54
1-е блюдо	кашка рисовая	150	150	200	204,8
2-е блюдо					
напиток	кофейн напиток	150	81,5	200	109,6
			333,5		478,4
	Обед				
	хлеб бел	22	88	44,5	110
суп	свекольник\смет\птица	150/7	62,3/56,6	200/11	82,1/77
2-е блюдо	голубцы ленив с подл	158	265,3	210	358,2
напиток	напит из сока	150	49,1	200	65,5
			499,4		693
	Полдник				
	хлеб	22	88	32	110
салат	картоф запеч с яйцом	100	145,1	150	216,8
1-е блюдо	булочка с изюмом	50	172,9	75	254,8
2-е блюдо					
напиток	чай с молоком\чай	150	78,2	200	38,3
			462,2		619,9

Мед.сестра Давыдова Ю.А.

меню на 20 октября

	Завтрак	сад 10	калор-ть
	батон с сыром	22/10	66/36
1-е блюдо	кашка рисовая	200	204,8
2-е блюдо			
напиток	кофейн напиток	200	109,6
			416,4
	Обед		
	хлеб	40	110
суп	свекольник\смет	200/5,5	82,1/41
2-е блюдо	голубцы ленивые	158	265,3
напиток	напит из сока	200	65,5
			564
	Полдник		
	хлеб	40	110
салат	картоф запеч с яйц	100	145,1
1-е блюдо	булочка с изюмом	50	172,9
2-е блюдо			
напиток	чай	200	38,3
			422,3

Мед.сестра Давыдова Ю.А.