

меню на 20 марта

	Завтрак	ясли	каллор-ть	сад 12	каллор-ть
	батон с сыром	22/10	66/36	35/15	110/35,3
1-е блюдо	каша пшённая	150	145	200	193,2
2-е блюдо	яйцо			1/2	35,3
напиток	кофейн напиток	150	81,5	200	109,6
			328,5		502,1
	Обед				
	хлеб	45	88	50	110
суп	щи\смет\птица	150/4/6	93,7	200/5,2/8	127,5
2-е блюдо	рагу из птицы	150	253,4	200	338,8
напиток	напит из сока	150	49,1	200	65,5
			484,3		641,8
	Полдник				
	хлеб	22	66	35	110
салат	салат морковн с изюмом	40	42,6	50	58,3
1-е блюдо	запеканка из творога	110	206	133	300
2-е блюдо	соус молочн сладкий	30	38,7	50	61,4
напиток	кефир	150	88,5	192	118
			463,8		647,7

Мед.сестра Давыдова Ю.А.

меню на 20 марта

	Завтрак	сад 10	каллор-ть
	батон с сыром	22/10	66/36
1-е блюдо	каша пшённая	200	193,2
2-е блюдо	яйцо	1/2	35,3
напиток	кофейн напиток	200	109,6
			440,1
	Обед		
	хлеб	50	110
суп	щи\смет\птица	200/5,5/6	127,5
2-е блюдо	рагу из птицы	150	253,4
напиток	напит из сока	200	65,5
			543,1
	Полдник		
	хлеб	22	88
салат	салат морков с изюм	40	42,6
1-е блюдо	запеканка из творога	110	206
2-е блюдо	соус молочн сладкий	30	38,7
напиток	кефир	150	88,5
			463,8

Мед.сестра Давыдова Ю.А.