

меню на 21 марта

| | Завтрак | ясли | каллор-ть | сад 12 | каллор-ть |
|-----------|-----------------------|-------|----------------|--------|-----------------|
| | | | | | |
| | батон с маслом | 22/5 | 66/33,1 | 34/7 | 110/43,6 |
| 1-е блюдо | омлет натуральный | 75 | 102,8 | 75 | 102,8 |
| 2-е блюдо | | | | | |
| напиток | чай с молоком/чай | 150 | 78,2 | 200 | 38,3 |
| | | | 280,1 | | 297,4 |
| | Обед | | | | |
| | хлеб | 45 | 88 | 50 | 110 |
| суп | суп горох\смет | 150/4 | 108,6 | 200/5 | 143,9 |
| 2-е блюдо | запек рисовая с курой | 150 | 326,6 | 180 | 372,7 |
| | подлив | 30 | 17,2 | 50 | 28,7 |
| | | | | | |
| напиток | напит из с\фр | 150 | 51,3 | 200 | 69,2 |
| | | | 591,6 | | 724,5 |
| | Полдник | | | | |
| | хлеб | 22 | 66 | 35 | 110 |
| салат | икра морковная | 75 | 71,2 | 95 | 88,7 |
| 1-е блюдо | запек рыбная с яйц | 100 | 151,5 | 150 | 226,8 |
| 2-е блюдо | | | | | |
| | | | | | |
| напиток | чай с молоком | 150 | 78,2 | 200 | 105,8 |
| | | | 388,9 | | 531,2 |

Мед.сестра Давыдова Ю.А.

меню на 21 марта

| | Завтрак | сад 10 | каллор-ть |
|-----------|---------------------|---------|----------------|
| | | | |
| | батон с маслом | 22/5 | 66/33,1 |
| 1-е блюдо | омлет натуральный | 75 | 102,8 |
| 2-е блюдо | | | |
| напиток | чай | 200 | 38,3 |
| | | | 240,2 |
| | Обед | | |
| | хлеб | 50 | 110 |
| суп | суп горох\смет | 200/5,5 | 143,9 |
| 2-е блюдо | запек рисов с курой | 150 | 326,6 |
| | подлив | 30 | 17,2 |
| | | | |
| напиток | напит из с\фр | 200 | 69,2 |
| | | | 666,9 |
| | Полдник | | |
| | хлеб | 22 | 88 |
| салат | икра морковн | 75 | 71,2 |
| 1-е блюдо | запек рыбная с яйц | 100 | 151,5 |
| 2-е блюдо | | | |
| | | | |
| напиток | чай с молоком | 200 | 105,8 |
| | | | 416,5 |

Мед.сестра Давыдова Ю.А.