



Меню



Понедельник 1,3 неделя	ясли (вес/ккал)	сад (вес/ккал)
<u>Завтрак:</u>		
Омлет натуральный	150/166,98	185/198,27
Бутерброд с маслом	25/85,45	36/118,26
Чай с лимоном	180/26,83	180/30,92
<u>2 завтрак:</u>		
Сок яблочный	160/67,52	200/84,4
Яблоко	95/44,67	100/47,15
<u>Обед:</u>		
Салат из моркови	40/36,46	50/44,89
Суп картофельный с крупой на м.б.	150/105,6	200/134,11
Пудинг из творога с рисом	100/195,99	150/252,46
Соус молочный сладкий	30/40,91	50/72,54
Компот из сухофруктов	150/31,9	200/49,81
Хлеб ржаной	10/19,8	20/39,6
Хлеб пшеничный	15/35,25	10/23,5
-		
<u>Полдник:</u>		
Кефир	160/84,8	190/100,7
Пряник	40/146,4	60/219,6
<u>Ужин:</u>		
Винегрет овощной	40/39,98	60/33,75
Тефтели мясные	60/182,33	80/227,94
Капуста цветная в соусе	120/69,45	150/76,72
Чай с сахаром	180/20,46	180/24,55
Хлеб ржаной	35/69,3	35/69,3
Хлеб пшеничный	15/35,25	25/58,75

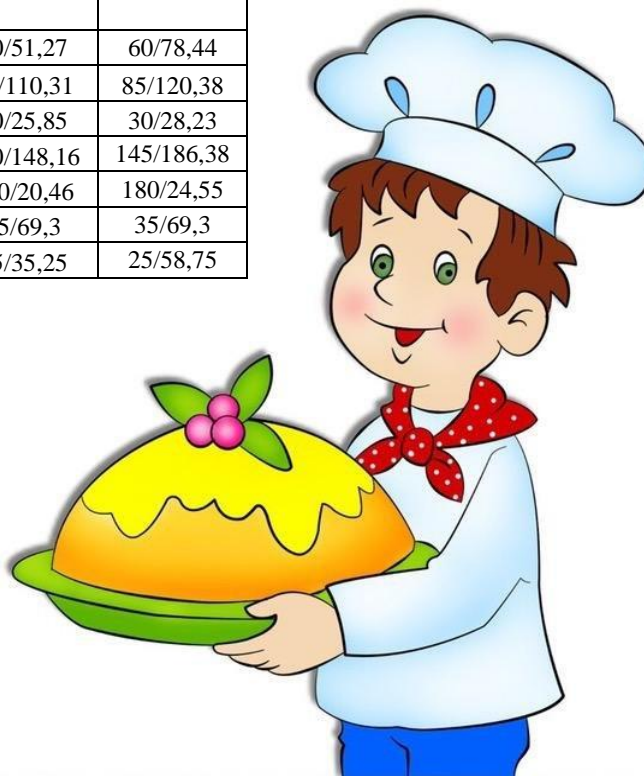
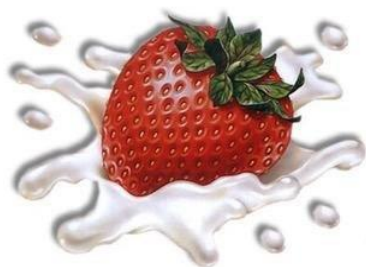




Меню



	ясли (вес/ккал)	сад (вес/ккал)
Вторник 1,3 неделя		
<u>Завтрак:</u>		
Каша пшённая	150/181,2	200/229
Бутерброд с маслом и сыром	30/95,93	38/125,79
Кофейный напиток	180/100,26	180/119,68
<u>2 завтрак:</u>		
Яблоко	95/44,67	100/47,15
Напиток витаминизированный	-	180/67,5
<u>Обед:</u>		
Салат из помидор с луком	40/28,25	60/40,67
Щи из свежей капусты на м.б.	150/98,9	200/119,51
Биточки мясные рубленые	74/176,18	80/198,3
Картофель отварной	120/114,84	140/127,82
Компот из изюма	150/46,87	200/60,47
Хлеб ржаной	10/19,8	20/39,6
Хлеб пшеничный	15/35,25	10/23,5
<u>Полдник:</u>		
Снежок	150/115,5	190/145,3
Плюшка сдобная	60/194,1	60/204,56
-		
<u>Ужин:</u>		
Салат из кукурузы консервированной	40/51,27	60/78,44
Зразы рыбные с яйцом	80/110,31	85/120,38
Соус сметанный	20/25,85	30/28,23
Рис припущенный	110/148,16	145/186,38
Чай с сахаром	180/20,46	180/24,55
Хлеб ржаной	35/69,3	35/69,3
Хлеб пшеничный	15/35,25	25/58,75

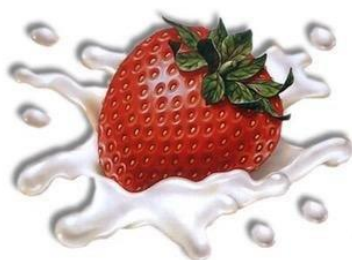




Меню



	ясли (вес/ккал)	сад (вес/ккал)
Среда 1,3 неделя		
<u>Завтрак:</u>		
Омлет натуральный	150/166,98	185/198,27
Бутерброд с маслом и сыром	30/95,93	38/125,79
Какао с молоком	180/109,17	180/125,58
<u>2 завтрак:</u>		
Сок яблочный	160/67,52	-
Напиток витаминизированный(сад)	-	180/67,5
<u>Обед:</u>		
Салат из огурцов	40/24,1	60/34,95
Суп с картофельный/куриный бульон	150/116,59	200/150,63
Фрикадельки из птицы	60/253,46	80/306,02
Пюре картофельное	120/106,74	130/113,09
Кисель из чёрной смородины	150/60,43	200/76,87
Хлеб ржаной	20/39,6	30/59,4
Хлеб пшеничный	15/35,25	10/23,5
-		
<u>Полдник:</u>		
Йогурт питьевой	150/121,5	180/145,8
Полоска песочная	20/94,03	30/135,03
Апельсин	95/40,91	100/43,22
<u>Ужин:</u>		
Салат из моркови	40/36,46	50/44,89
Сырники из творога	100/202,45	150/268,39
Соус черносмородиновый	48/54,04	50/59,35
Чай с сахаром	180/20,46	180/24,55
Батон	30/78,6	30/78,6
Яйцо вареное	40/62,83	20/31,42





Меню



Четверг 1,3 неделя	ясли (вес/ккал)	сад (вес/ккал)
<u>Завтрак:</u>		
Каша пшеничная	150/178,6	200/217,94
Бутерброд с маслом и сыром	30/95,93	38/125,79
Чай с молоком	180/49,47	180/57,55
<u>2 завтрак:</u>		
Яблоко	95/44,67	100/47,15
Сок яблочный	-	200/84,4
<u>Обед:</u>		
Икра кабачковая	40/47,08	60/63,18
Суп картоф. с макаронными издел.	150/126,58	200/159,17
Печень по-строгановски	60/202,21	80/271,19
Рис припущенный	110/148,16	130/174,8
Компот из сухофруктов	150/31,9	200/49,81
Хлеб ржаной	10/19,8	20/39,6
Хлеб пшеничный	10/23,5	10/23,5
<u>Полдник:</u>		
Кефир	150/79,5	190/100,7
Крендель сахарный	60/208,28	60/208,55
-		
<u>Ужин:</u>		
Салат из капусты	40/34,41	60/47,48
Котлета рыбная в сметанном соусе	70/118,19	80/135,96
Пюре картофельное	120/106,74	130/113,09
Чай с лимоном	150/26,83	180/30,92
Хлеб ржаной	35/69,3	35/69,3
Хлеб пшеничный	15/35,25	25/58,75





Меню



Пятница 1,3 неделя	ясли (вес/ккал)	сад (вес/ккал)
Завтрак:		
Каша манная	150/159,42	200/199
Бутерброд с маслом	25/85,45	31/105,16
Кофейный напиток	180/100,26	180/119,68
2 завтрак:		
Сок яблочный	160/67,52	200/84,4
Яблоко	95/44,67	-
Обед:		
Салат из помодор с луком	40/28,25	60/40,67
Суп с рыбными консервами	150/148,09	200/194,87
Жаркое по-домашнему	175/261,99	210/275,08
Напиток из шиповника	150/47,2	180/60,86
Хлеб ржаной	10/19,8	20/39,6
Хлеб пшеничный	10/23,5	10/23,5
Полдник:		
Снежок	160/123,2	180/138,6
Печенье	40/166,8	60/250,2
Яблоко	-	100/47,15
Ужин:		
Салат из картофеля с зел.горошком	40/40,74	60/57,5
Голубцы ленивые	175/196,35	170/224,08
Соус сметанный с томатом	20/24,49	40/35,76
Чай с сахаром	180/20,46	180/24,55
Хлеб ржаной	35/69,3	35/69,3
Хлеб пшеничный	10/23,5	25/58,75
Гренки из пшеничного хлеба	-	30/76,64

