

Меню 10 сентября 2024 г					
<i>1-я младшая</i>			<i>Группы д/с</i>		
Завтрак					
<i>Наименование блюда</i>	<i>вес</i>	<i>калории</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>вес</i>	<i>калории</i>
Каша овсяная «Геркулес»	150	158,47	Каша овсяная «Геркулес»	200	159,63
Кофейный напиток с молоком	150	83,28	Кофейный напиток с молоком	180	101,18
Батон с джемом	25/15	84,68	Батон с джемом	25/20	109,18
Второй завтрак					
Фрукты свежие	150		Фрукты свежие	200	70,06
Обед					
Овощи натуральные	55	7,76	Овощи натуральные	60	8,46
Суп-уха с рыбной консервой	150	57,47	Суп-уха с рыбной консервой	200	143,29
Жаркое домашнему	150	71,76	Жаркое домашнему	165	137,75
Компот из сухофруктов	150	68,8	Компот из сухофруктов	180	37,56
Хлеб пшеничный	20	33,17	Хлеб пшеничный	30	80,31
Хлеб ржаной	40	77,92	Хлеб ржаной	50	88,19
Полдник					
Кисломолочный напиток	150		Кисломолочный напиток	180	67,33
Вафли	30	108,72	Вафли	30	108,72
Ужин					
Лапшевник с творогом	100	108,06	Лапшевник с творогом	120	199,06
Соус молочный сладкий	30	45,30	Соус молочный сладкий	50	58,43
Чай с молоком	160	79,65	Чай с молоком	200	83,36
<i>Итого калорийность</i>		1393,88	<i>Итого калорийность</i>		1382,03