| Среда 1 неделя | | |
|---|---|---|
| **Меню на день** | | |
| **Дата: 21 октября** | | |
| **Наименования блюд** | **Ясли** | **калории** |
| **Завтрак** | **граммы** | **341,33** |
| *Каша геркулесовая / без молока* | *150* | |
| *Какао с молоком/ Чай* | *150* | |
| *Бутерброд с сыром* | *30+10* | |
| **Завтрак II** | | ***47*** |
| *Сок фруктовый* | *100* | |
| **Обед** | | ***537,56*** |
| *Салат из свеклы солёным огурцом* | *30* | |
| *Суп куриный с сухариками / мясной* | *150* | |
| *Гуляш из мяса оленины* | *50* | |
| *Макароны отварные* | *100* | |
| *Компот из чернослива* | *150* | |
| *Хлеб ржаной* | *40* | |
| | | |
| ***Полдник*** | | ***250,9*** |
| *Кисломолочные продукты* | *150* | |
| *Булочка домашняя* | *30* | |
| *Фрукты свежие* | *50* | |
| ***Ужин*** | | ***422,89*** |
| *Яйцо отварное* | *40* | |
| *Овощное рагу* | *130* | |
| *Хлеб пшеничный / ржаной* | *20* | |
| *Кисель из клюквы* | *150* | |
| *Фрукты свежие* | *50* | |
| *Баранка* | *30* | |
| **БОЛЕЕ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О МЕНЮ ВЫ МОЖЕТЕ ПОСМОТРЕТЬ НА НАШЕМ САЙТЕ: romashka.nm3@yandex.ru** | | |