

Меню приготавливаемых блюд

Наименование блюда	Ясли					Сад				
	Выход блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Ккал.	Выход Блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Ккал.
Завтрак										
Каша манная	153	3,4	3,96	27,83	161	203	4,52	4,07	35,46	197
Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	30	3,22	1,36	13,06	82,2
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	5	0,05	4,1	0,05	37,5
Кофейный напиток	150	1,05	1,5	16,8	87	200	1,4	2	22,4	116
Итого за завтрак	328	7,14	10,6	53	339,94	438	9,19	11,53	70,97	432,7
2 завтрак										
Сок фруктовый	80	0	0	9,6	40	80	0	0	9,6	40
Итого за 2 завтрак										
Обед										
Суп фасолевый	150	1,87	2,26	13,31	81	200	2,34	2,83	16,64	101,25
Капуста тушенная с мясом	180	8,1	6,75	6,62	229,5	200	9	7,5	7,36	255
Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,37	52,8	40	2,64	0,48	12,96	66
Компот из сухо. фруктов	150	0,03	0	87,57	70,65	200	0,04	0	24,76	94,2
Итого за обед	527	14	10	65	475	655	15,63	11,49	68,25	557,55
Полдник совмещенный с ужином										
Запеканка из творога	120	18,2	15,22	31,8	264,65	140	22,23	17,76	37,1	308,76
Сгущенное молоко	20	1,48	0,5	10,97	54,2	30	2,22	0,75	16,38	81,3
Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	30	3,22	1,36	13,06	82,2
Чай сладкий	150	0,15	0	10,5	36,48	200	0,2	0	14	48,64
Итого за полдник	310	22	17	62	410	400	27,87	19,85	80,54	520,90
Итого за день	1253	44	40	190	1295	1585	55	46	229	15295