

Меню приготавливаемых блюд

Наименование блюда	Ясли					Сад				
	Выход блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Ккал.	Выход Блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	Ккал.
Завтрак										
Вермишель молочная	153	4,76	6,38	16,4	140,25	203	6,35	8,51	21,86	186,08
Кофе с молоком	150	2,64	2,79	19,12	108,9	200	3,52	3,72	25,49	145,2
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
Итого за завтрак	328	9,59	14,17	44,27	341,45	438	13,14	17,69	60,46	450,98
2 завтрак										
Сок фруктовый	80	0	0	9,6	40	80	0	0	9,6	40
Итого за 2 завтрак										
Обед										
Свекольник со сметаной	150	8	2,2	13,8	108,3	200	10,09	2,48	18	126,5
Печень по строгановски	80	9,98	8,11	8,04	145	100	12,48	10,14	10,05	181,25
Каша гречневая	120	2,42	4,53	8,11	8,76	150	3,02	5,066	10,14	109,5
Хлеб ржаной	40	2,11	0,38	10,37	52,8	40	2,64	0,48	12,96	66
Компот из сухофруктов	150	0,03	0	18,53	70,65	200	0,04	0	24,76	94,2
Итого за обед	253	22,54	15,22	58,89	464,08	690	28,27	18,76	75,19	577,45
Полдник совмещенный с ужином										
Джем	40	0,8	2,4	3,2	40	50	1	3	4	50
Сырники	120	2,45	3,84	16,36	109,8	150	3,06	4,8	20,45	137,25
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	330	5,54	7,14	38,76	241,08	430	7,48	9,16	51,51	318,09
Итого за день	1270	38	37	152	1087	1638	49	46	197	1387