

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	12.01.26
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

3	6	15	128	30/3/10	Бутерброд с маслом и сыром	-
9	9	37	251	250	Каша гречневая молочная	-
3	3	19	111	180	Кофейный напиток злаковый на молоке	-
15	18	71	489			-

Второй завтрак

1	-	10	43	100	Сок фруктовый	-
1	-	10	43			-

Обед

-	3	5	47	50	Салат из зелёного горошка и кукурузы	-
2	5	11	99	250	Свекольник со сметаной и яйцом	-
9	12	28	252	200	Жаркое по-домашнему	-
-	-	21	82	150	Компот из сухофруктов	-
6	1	46	220	25/20	Хлеб пшеничный, ржаной	-
18	22	111	699			-

Уплотненный полдник

2	-	14	68	30	Хлеб пшеничный	-
8	8	33	240	250	Вермишель на молоке	-
4	10	27	216	60	Оладьи с повидлом	-
-	-	14	53	200	Чай с сахаром	-
-	-	-	-	0,005	Соль йодированная	-
14	18	88	577			-
49	57	280	1 808			-

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.