

## Меню

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>497.05</b>
Каша молочная манная с масл	140	188.83
Бутерброд с маслом	20/4	73.32
Яйца вареные	40	62.84
Какао с молоком	150	129.88
Фрукты	95	42.18
<b>ОБЕД</b>		<b>504.8</b>
Огурец порционно	20	1.36
Суп с крупой (гречка) с мясом говядины со сметаной	150	178.60
Ленивые голубцы	140	185.35
Соус сметанный с томатом	20	15.35
Компот из сушеных фруктов(смесь)	150	32.70
Хлеб ржаной	20	44.56
Хлеб пшеничный	20	46.88
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>132.04</b>
Пряник	15	26.44
Сок	100	105.60
<b>УЖИН</b>		<b>314.35</b>
Картофель тушеный	180	148.60
Чай с молоком	180	74.31
Хлеб ржаной	20	44.56
Хлеб пшеничный	20	46.88

Итого калорийность: 1448.24 Ккал.

## Меню

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>553.9</b>
Каша молочная манная с масл	180	208.92
Бутерброд с маслом	20/5	79.93
Яйца вареные	40	62.84
Какао с молоком	200	157.81
Фрукты	100	44.40
<b>ОБЕД</b>		<b>579.29</b>
Огурец порционно	40,95	2.78
Суп с крупой (гречка) с мясом говядины со сметаной	180	208.80
Ленивые голубцы	150	203.81
Соус сметанный с томатом	30	23.94
Компот из сушеных фруктов(смесь)	180	32.89
Хлеб ржаной	20	44.56
Хлеб пшеничный	26,67	62.51
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>176.08</b>
Пряник	40	70.50
Сок	100	105.58
<b>УЖИН</b>		<b>452.51</b>
Картофель тушеный	220	218.43
Чай с молоком	200	93.25
Хлеб ржаной	42,2	93.95
Хлеб пшеничный	20	46.88

Итого калорийность: 1761.78 Ккал.