

Меню ЯСЛИ 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			
<u>Завтрак ясли</u>						
5.59	6.31	19.75	158	.130	Суп молочный с макаронными	10-35
0.2	0.05	13.73	53	.150	Чай с сахаром и лимоном	2-48
0.02	0	3.44	13	.2015	Бутерброд с повидлом	3-98
6	6	37	224			16-81
<u>завтрак2</u>						
0	0	9.88	38	.100	Напиток из шиповника	2-67
0	0	10	38			2-67
<u>Обед ясли</u>						
0.46	1.53	3.19	28	.030	Салат "Ералаш"	2-16
5.07	3.72	15.85	125	.150	Суп картофельный с горохом	3-51
7.56	6.8	37.19	244	.100	Каша гречневая рассыпчатая	6-51
1.07	1.91	5.11	42	.050	Комлета из грудки кур.	15-25
0.12	0.12	14.17	56	.150	Компот из свежих яблок	6-73
0.25	0.62	1.93	14	.020	Соус красный основной	0-47
3.3	0.6	17.1	90	.010	Хлеб "Урожайный"	0-63
2.28	0.24	15.3	71	.020	Хлеб пшеничный	1-53
20	18	110	670			36-79
<u>Полдник ясли</u>						
3.57	6.04	29.53	174	.050	Булочка домашняя	3-96
5.04	5.76	7.38	106	.100	Кефир	11-40
9	12	37	280			15-36
<u>Ужин сад</u>						
1.98	0.4	16.14	79	.100	Картофель отварной	5-50
1.25	1.43	4.88	37	.050	Биточки рыбные	15-45
0.15	0.07	5.62	24	.150	Чай с яблоком и сахаром	2-82
0	0	0	0	.150	Вода питьевая на весь день	1-81
3.3	0.6	17.1	90	.010	Хлеб "Урожайный"	0-63
2.28	0.24	15.3	71	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.94	1.26	2.2	38	.020	Соус сметанный с томатом	1-91
10	4	61	339			29-65

Руководитель

Старший медсестра

Калькулятор

Повар

заведующий Беникарева Елена Николаевна

Прякина АН

