

Меню ЯСЛИ 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеб.	Ккал			
<u>Завтрак ясли</u>						
0.02	0	3.44	13	.020/5	Бутерброд с повидлом	4-04
5.59	6.31	19.75	158	.130	Суп молочный с макаронными	10-28
0.2	0.05	13.73	53	.150	Чай с сахаром и лимоном	2=
6	6	37	224			16-32
<u>завтрак2</u>						
0.51	0	15.75	34	.100	Напиток из шиповника	3-39
1	0	16	34			3-39
<u>Обед ясли</u>						
0.28	3.06	2.2	37	.30	Салат из моркови и яблок	3-41
3.53	2.79	11.99	88	.150	Суп картофельный с горохом	3-49
10.95	12.45	7.53	186	.050	Котлета из грудки кур	14-30
7.56	6.8	37.19	244	.100	Каша гречневая рассыпчатая	5-35
0.12	0.12	14.17	56	.150	Компот из свежих яблок	5-62
2.28	0.24	15.3	71	.020	Хлеб пшеничный	1-56
3.3	0.6	17.1	90	.010	Хлеб "Урожайный"	0-65
0.25	0.62	1.93	14	.020	Соус красный основной	0-39
28	27	107	786			34-77
<u>Полдник ясли</u>						
3.66	5.09	30.31	181	0.05	Булочка " Российская "	3-49
5.04	5.76	7.38	106	.120	Кефир	13-68
9	11	38	287			17-17
<u>Ужин сад</u>						
1.98	0.4	16.14	79	.150	Картофель отварной	9-33
1.25	1.43	4.88	37	.050	Биточки рыбные	12-86
0.15	0.07	5.62	24	.120	Чай с яблоком и сахаром	1-83
0	0	0	0	.150	Вода питьевая на весь день	1-81
0.94	1.26	2.2	38	.020	Соус сметанный с томатом	1-87
3.3	0.6	17.1	90	.010	Хлеб "Урожайный"	0-65
2.28	0.24	15.3	71	.020	Хлеб пшеничный	1-56
10	4	61	339			29-91

Руководитель
Старшая медсестра
Калькулятор
Повар



заведующий Бешкарева Елена Николаевна
Прямикова АН