

О.С. Арустамова
МЕНЮ

9.10.24

1 неделя

среда

Завтрак	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Омлет	90	120	140,5	203,65
Зеленый горошек консервированный	65	-	12,46	-
Икра кабачковая консервированная	-	120	-	44,31
Сыр в порционной нарезке	8	13	36,4	51,065
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	79,35	109,39
Кофейный напиток на молоке 2-й вар	160	180	121,0	139,14
Второй завтрак	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
1. Сок фруктовый	150	150	75	75
Обед	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Суп картофельный с бобовыми	180	200	107,54	128,0
Пудинг из говядины	60	70	211,36	202,71
Пюре картофельное	120	140	115,442	135,02
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,5
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	62,64	78,03
Компот из сухофруктов	160	180	56,88	60,5
Полдник	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Кнели рыбная в томате с овощами	130	140	113,0	143,0
Чай с сахаром	160	180	20,5	29,745
Хлеб пшеничный	20	20	47,0	47,0
Кондитерское изделие (печенье)	22	45	62,5	110,7
Фрукты свежие	85	90	44,0	47,0