

МЕНЮ		Детский сад «Чайка»			
		На 20 марта			
Наименование блюда	Выход блюд				
	Ясли	Ккал	Сад	Ккал	
Завтрак:					
Вареная манная каша	150	134,14	200	116,19	
Ябло	20	69,0	25	75,0	
Вареное яйцо	30	169,0	20	162,0	
Компот	180	115,11	200	163,3	
10.00ч.:	сок	100		105	
Обед:					
Винегрет из овощей	30	40,28	50	54,13	
Суп из картофеля	180	69,5	200	74,4	
Каша гречневая с маслом	180	144,76	230	214,66	
Ябло	30/30	94,7	20/20	114,16	
Компот + С	180	116,1	200	164,3	
Плотный полдник:					
Винегрет с майонезом	150	54,96	200	80,0	
Земляничное варенье	30	44,16	20	34,16	
Ябло	20	69,0	25	75,0	
Чай	180	32,0	200	44,0	

Списано с основного меню.

Ст.м/сестра Лукин

МЕНЮ		Детский сад «Чайка»			
		На 21 марта			
Наименование блюда	Выход блюд				
	Ясли	Ккал	Сад	Ккал	
Завтрак:					
Каша манная	150	134,5	200	116,0	
Грушево-яблочный сок	20	69,0	25	75,0	
Компот	180	114,0	200	164,0	
10.00ч.:					
Обед:					
Суп картофельный	40		60		
Рассольник из картофеля	180	84,6	200	94,0	
Витаминный салат	60	110,89	20	122,88	
Картофельное пюре	180	164,0	190	164,0	
Ябло	30/30	94,7	40/40	114,16	
Компот из сухофруктов	180		200		
Плотный полдник:					
Суп картофельный	150	114,0	200	194,0	
Сырники с вареньем	20	69,0	25	75,0	
Чай	180	115,11	200	164,3	

Списано с основного меню.

Ст.м/сестра Лукин

МЕНЮ		Детский сад «Чайка»			
		На 22 марта			
Наименование блюда	Выход блюд				
	Ясли	Ккал	Сад	Ккал	
Завтрак:					
Каша рисовая	150	160,0	200	214,0	
Манная каша	20/10	69,0	25/10	74,0	
Ябло с соком	180	64,79	200	60,8	
10.00ч.:	Яблочко	100		100	
Обед:					
Суп овощной из картофеля	180	116,8	200	114,17	
Картофельная запеканка с сыром	180	169,76	230	114,2	
Ябло	30/30	94,7	40/40	114,16	
Компот + С	180	116,1	200	164,3	
Плотный полдник:					
Творог с сахаром	150	190,0	200	323,20	
Манная каша с сыром и маслом	180	89,0	200	94,5	

Списано с основного меню.

Ст.м/сестра Лукин

МЕНЮ		Детский сад «Чайка»			
		На 23 марта			
Наименование блюда	Выход блюд				
	Ясли	Ккал	Сад	Ккал	
Завтрак:					
Каша манная	150	134,0	200	116,0	
Манная каша	20	69,0	25	75,0	
Ябло	180	169,0	190	169,0	
10.00ч.:					
Обед:					
Каша манная	40	44,43	60	54,13	
Борщ из картофеля	180	84,0	200	113,0	
Суп	180	114,0	230	259,0	
Ябло	30/30	94,7	40/40	114,16	
Манная каша	180		200		
Плотный полдник:					
Рыба тушеная с овощами	60	114,4	20	114,4	
Каша манная	180	154,03	190	189,32	
Ябло	20	69,0	25	75,0	
Чай	180	32,0	200	44,0	

Списано с основного меню.

Ст.м/сестра Лукин

МЕНЮ		Детский сад «Чайка»			
		На 24 марта			
Наименование блюда	Выход блюд				
	Ясли	Ккал	Сад	Ккал	
Завтрак:					
Вареники с картофелем и капустой, сметаной	150	164,45	200	284,6	
Чай	20	60,0	25	75,0	
Пшеничный салат	180	114,0	200	164,0	
10.00ч.: Чай	125		125		
Обед:					
Рисовый суп с овощами и грибами	40	34,16	60	50,13	
Суп с картофелем и капустой	180	124,34	200	154,44	
Гречу отварную с маслом	180	124,3	230	164,0	
Чай	30/30	90/90	40/40	120/120	
Компот + с	150	46,1	200	32,3	
Плотный полдник:					
Сыр «Кунь»	150	289,0	200	440,6	
Морковно-творожная паста	30	40,05	30	40,65	
Чай	140	32,0	200	44,0	
Списано с основного меню.					
Ст.м/сестра <i>Анна</i>					