

Утверждаю: И.о. заведующей «Детский сад №79»
О.В.Алексина



МЕНЮ 20.12.2024				
Наименование приёма пищи	Масса порции		Калорийность порции	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак:				
Бутерброд с маслом и сыром	30	50	92	145
Чай с молоком	180	200	91	113
Каша вязкая молочная пшенная	180	200	177	203
	390	425	360	461
2 завтрак:				
Сок	100	100	44.5	44.5
Батон пшеничный	10	20	23.9	47.8
	110	120	68.7	92.6
Обед:				
Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	200	90,9	121,2
Печень по-строгановски	60	80	135	168,07
Каша гречневая рассыпчатая	110	150	108	128
Салат из моркови	45	50	29,8	34,8
Компот из свежих фруктов	150	200	45	60
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	56.4	75.2
	545	710	484	587
Полдник:				
Кефир	150	180	75	90
Свежие фрукты	89	89	44	44
Батон пшеничный	10	20	40,7	81,4
	199	229	159.7	215,4
Ужин:				
Омлет натуральный с маслом	130	160	135	169
Салат из свеклы	50	60	64,13	75,7
Чай с сахаром	200	200	39.7	53.06
Булочка домашняя	60	80	140,8	192,6
	390	450	359,6	446,1
	1669	2026	1431	1802