

Ежедневное меню (до 3 лет) ясли

Возрастная категория: Ясли

								28.05.2025
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша пшеничная молочная вязкая	150	7	7	37	239	1	258
	Чай с сахаром	160			8	34		714
	Бутерброд с маслом	40	2	6	12	116		2
Итого за Завтрак			9	13	57	389	1	
Завтрак второй								
	Сок	160			18	72	3	712
Итого за Завтрак второй					18	72	3	
Обед								
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	7	11	32	194	4	59
	Огурец солёный	30	1		2	8	11	7
	Голубцы ленивые	130	14	16	35	239	5	502
	Хлеб ржаной	40	2	1	14	75		805
	Компот из свежемороженных плодов и ягод	150	3	3	25	138	1	704
Итого за Обед			27	31	108	654	21	
Полдник								
	Сырники из творога	140	18	13	22	233	1	404
	Салат из моркови	30	1		4	18	8	15
	Хлеб пшеничный	40	3		15	75		804
	Повидло	20			10	33	4	803
	Чай сладкий с лимоном	180			18	77	11	715
Итого за Полдник			22	13	69	436	24	
Итого за день			58	57	252	1551	49	