



МЕНЮ

на «12» сентября 2024 г.

(лактазная недостаточность)

Наименование блюда	до 3х лет (вес)	с 3х до 7 лет (вес)	Г каллории	
			ясли	сад
ЗАВТРАК				
Каша «Нежность» с молоком	150	200	160,29	218,72
Батон масло	30/7	40/7	137,24	197,40
Коф. напиток с молоком	180	200	79,65	106,20
Всего:	367	447	377,18	517,32
ЗАВТРАК 2				
Кисель	100	100	60	60
Всего:	100	100	60	60
ОБЕД				
Суп «Кудрявый» со сметаной	150	200	107,48	188,48
Плов с курицей	150	200	139,63	186,17
Салат «Витаминный»	40	60	65,56	97,50
Компот из сухофруктов	150	200	31,56	42,08
Хлеб ржаной	40	50	69,60	87,00
Всего:	490	650	413,83	563,41
ПОЛДНИК				
Молоко кипяченое	180	200	60,50	80,66
Ватрушка с творогом	60	80	137,24	197,40
Всего:	240	260	197,74	278,06
УЖИН				
Омлет натуральный	150	200	160,29	209,94
Чай черный	180	200	27,00	36,66
Хлеб пшеничный	30	40	64,08	85,44
Всего:	385	440	303,08	391,10
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1582	1897	1351,83	1809,89



МЕНЮ

на «12» сентября 2024 г.

(лактазная недостаточность)

Наименование блюда	до 3х лет (вес)	с 3х до 7 лет (вес)	Г каллории	
			ясли	сад
ЗАВТРАК				
Каша «Нежность»	150	200	160,29	218,72
Батон масло	30/7	40/7	137,24	197,40
Кофейный напиток	180	200	79,65	106,20
Всего:	367	447	377,18	517,32
ЗАВТРАК 2				
Кисель	100	100	60	60
Всего:	100	100	60	60
ОБЕД				
Суп «Кудрявый» со смет.	150	200	107,48	188,48
Плов с курицей	150	200	139,63	186,17
Салат «Витаминный»	40	60	65,56	97,50
Компот из сухофруктов	150	200	31,56	42,08
Хлеб ржаной	40	50	69,60	87,00
Всего:	490	650	413,83	563,41
ПОЛДНИК				
Чай черный	180	200	27,49	36,66
Ватрушка с творогом	60	80	137,24	197,40
Всего:	240	260	164,73	234,06
УЖИН				
Омлет натуральный	150	200	160,29	209,94
Чай черный	180	200	27,00	36,66
Хлеб пшеничный	30	40	64,08	85,44
Всего:	385	440	303,08	391,10
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1582	1897	1415,33	1815,21