



Меню (3 ДЕНЬ)

Дата: _____

Завтрак

	ясли	ккал	сад	ккал
Каша пшенная	150	161,00	180	189,42
Чай с молоком	180	120,88	200	140,06
Батон / Масло сливочное	20/5	80,08	30/5	102,65

2-й завтрак

Банан	95	84,83	100	89,3
-------	----	-------	-----	------

Обед

Салат из свежей капусты	30	25,17	50	39,3
Рассольник со сметаной	150	87,48	200	121,49
Котлета аппетитная	60	161,64	70	230,5
Гречка	130	87,54	150	103,8
Лимонный напиток	150	48,38	200	56,25
Хлеб ржаной	40	82	50	102,5
Томатный соус	20	12,62	20	12,62

Уплотненный полдник

Рисово-рыбная запеканка со сметанным соусом	180/20	260,09	200/20	301,58
Чай с соком	180	64,88	200	72,48
Батон	20	69,6	40	109,8