

Старшая группа

граммы/калории



Меню на 09 октября 2020

Завтрак

Раиса рисовая каша 130/51
Черничный торт 140/54
Булочка с маком 40/17

Второй завтрак

Обед

Селедка консервная с салатом 190/134
Мацун с квасом 180/100
Дыня, печенье с джемом 180/100
Каша из гречки 180/100
Десерт микс 60/14

Уплотнённый полдник

Фрукты ассорти 100/54
Чай с сахаром 15/75
115/8

Ясли

граммы/калории



Меню на 09 Октября 2020

Завтрак

Раиса рисовая каша с яблоком 130/51
Черничный торт 140/54
Булочка с маком 40/17

Второй завтрак

Обед

Селедка консервная с салатом 190/134
Мацун с квасом 180/100
Дыня, печенье с джемом 180/100
Каша из гречки 180/100
Десерт микс 60/14

Уплотнённый полдник

Фрукты ассорти 100/54
Чай с сахаром 15/75
115/8