

Утверждаю  
Заведующий О.А. Жильцова



**МЕНЮ**  
на 01.04.2022  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Кукуруза консервированная	25	0,84	0,12	3,46	18,28
Омлет натуральный	130	11,64	17,38	3,33	216,75
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
<b>10:00</b>					
Варенец 2,5%	130	3,77	3,25	5,33	68,90
<b>ОБЕД</b>					
Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	175	6,49	8,09	8,87	134,85
Бефстроганов из отварного мяса	75	9,56	9,18	2,44	130,88
Пюре картофельное	100	2,19	2,97	14,70	94,64
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Компот из сушеных фруктов	150	1,47	0,30	28,80	120,18
<b>ПОЛДНИК</b>					
Голубцы ленивые	175	8,45	7,04	23,43	190,44
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
Вафли	20	0,64	0,56	16,20	68,40
<b>ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК</b>					
Кукуруза консервированная	30	1,00	0,14	4,16	21,94
Омлет натуральный	150	13,42	20,06	3,84	250,10
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Чай с сахаром	180	0,05	0,00	6,50	25,16
<b>10:00</b>					
Варенец 2,5%	150	4,35	3,75	6,15	79,50
<b>ОБЕД</b>					
Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	200	7,42	9,24	10,14	154,12
Бефстроганов из отварного мяса	95	12,10	11,63	3,10	165,78
Пюре картофельное	120	2,63	3,56	17,64	113,57
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,30
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Компот из сушеных фруктов	180	1,76	0,36	34,56	144,22
<b>ПОЛДНИК</b>					
Голубцы ленивые	200	9,66	8,04	26,78	217,64
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром	180	0,05	0,00	6,50	25,16
Вафли	20	0,64	0,56	16,20	68,40