

Утверждаю

Заведующий

О.Т. Жильцова



МЕНЮ
на 05.03.2022
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшениая	175	6,68	6,42	28,96	200,43
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Повидло	8	0,00	0,00	0,00	0,00
Какао с молоком	150	3,06	3,18	10,82	83,86
10:00					
Сок абрикосовый	150	0,62	0,12	19,65	82,50
ОБЕД					
Борщ с мясом	175	7,19	7,38	10,97	139,65
Запеканка из печени с рисом	60	8,66	4,92	9,20	115,97
Рагу из овощей	100	1,87	5,78	10,91	103,89
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Компот из ягод с/м вишни	150	0,06	1,14	0,85	35,20
ПОЛДНИК					
Кукуруза консервированная	25	0,84	0,12	3,46	18,28
Омлет с морковью	130	10,66	13,32	4,98	183,24
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
Конфеты	17	0,67	3,55	11,63	80,10

ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшениая	200	7,64	7,34	33,10	229,06
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0,00	0,00	0,00	0,00
Какао с молоком	180	3,67	3,82	12,98	100,64
10:00					
Сок абрикосовый	180	0,74	0,14	23,58	99,00
ОБЕД					
Борщ с мясом	200	8,22	8,44	12,54	159,60
Запеканка из печени с рисом	80	11,55	6,56	12,27	154,63
Рагу из овощей	120	2,24	6,94	13,09	124,67
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,30
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Компот из ягод с/м вишни	180	0,06	1,14	0,85	35,20
ПОЛДНИК					
Кукуруза консервированная	30	1,00	0,14	4,16	21,94
Омлет с морковью	150	12,30	15,38	5,74	211,42
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром	180	0,05	0,00	6,50	25,16
Конфеты	17	0,67	3,55	11,63	80,10