

Утверждаю

И.О. Заведующий

М.И. Кизимова



Меню

на 24.08.2022

ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевая ценность | | | |
|---|--------------|------------------|-------|--------|--------|
| | | Белки | Жир | Углево | Ккал |
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Каша жидкая молочная пшеничная | 200 | 8,56 | 10,00 | 28,60 | 238,40 |
| 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 яблочный | 150 | 0,74 | 0,14 | 23,58 | 99,00 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 45 | 3,38 | 2,89 | 8,06 | 69,93 |
| Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне | 200 | 13,06 | 14,38 | 8,24 | 215,36 |
| Пюре картофельное | 120 | 3,36 | 4,32 | 18,82 | 127,64 |
| Тефтели мясные | 70 | 7,69 | 12,62 | 6,19 | 167,87 |
| 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 |
| ПОЛДНИК | | | | | |
| Рыба, запеченная в омлете | 90 | 15,70 | 5,98 | 3,58 | 131,18 |
| Макаронные изделия отварные | 120 | 4,74 | 0,89 | 29,23 | 143,64 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,00 | 6,50 | 25,16 |
| Печенье | 15 | 0,96 | 2,52 | 10,28 | 67,65 |

