

Утверждаю

Заведующий

О.Т.Жильцова



**МЕНЮ**  
на 10.03.2022  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша жидкая молочная овсяная	175	6,48	8,35	22,44	191,14
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Повидло	8	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	1,79	2,07	11,88	73,51
<b>10:00</b>					
Варенец 2,5%	130	3,77	3,25	5,33	68,90
<b>ОБЕД</b>					
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	175	4,25	4,38	14,58	114,94
Гуляш из отварного мяса	75	9,43	10,19	2,33	138,89
Каша рассыпчатая гречневая	100	4,84	4,43	24,88	163,75
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90
Компот из ягод с/м	150	0,00	0,00	5,82	22,11
<b>ПОЛДНИК</b>					
Салат из соленых огурцов с луком	30	0,70	1,54	1,49	23,02
Котлеты рыбные любительские	50	6,87	2,90	3,38	67,30
Пюре картофельное	100	2,19	2,97	14,70	94,64
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
Пастила	20	0,10	0,00	16,00	64,80

ДЕТСКИЙ САД		ЗАВТРАК			
Каша жидкая молочная овсяная	200	7,40	9,54	25,64	218,44
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,14	2,48	14,26	88,22
<b>10:00</b>					
Варенец 2,5%	150	4,35	3,75	6,15	79,50
<b>ОБЕД</b>					
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200	4,86	5,00	16,66	131,36
Гуляш из отварного мяса	95	11,94	12,91	2,94	175,93
Каша рассыпчатая гречневая	120	5,81	5,32	29,86	196,50
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,30
Компот из ягод с/м	180	0,00	0,00	6,98	26,53
<b>ПОЛДНИК</b>					
Салат из соленых огурцов с луком	45	1,05	2,30	2,23	34,53
Котлеты рыбные любительские	70	9,62	4,06	4,73	94,22
Пюре картофельное	120	2,63	3,56	17,64	113,57
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром	180	0,05	0,00	6,50	25,16
Пастила	20	0,10	0,00	16,00	64,80