

Утверждаю:

Заведующий _____

О. Т. Жильцов



Меню на 30.09.2022

ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшеничная	175	10,40	10,26	34,98	272,26
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Повидло	8	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
10:00					
Сок абрикосовый	150	0,62	0,12	19,65	82,50
ОБЕД					
Рассольник на мясном бульоне	175	9,24	8,37	9,29	149,56
Запеканка из печени с рисом	60	9,41	4,99	14,29	139,95
Гороховое пюре	100	9,41	3,99	22,66	164,19
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
ПОЛДНИК					
Сельдь т/о среднесоленая с луком и растительным маслом	30	4,70	5,27	1,84	73,36
Жаркое по-домашнему	170	34,12	55,27	20,86	717,59
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,65

ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшеничная	200	11,88	11,72	39,98	311,16
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с сахаром	180	0,05	0,00	6,50	25,16
10:00					
Сок абрикосовый	180	0,74	0,14	23,58	99,00
ОБЕД					
Рассольник на мясном бульоне	200	10,56	9,56	10,62	170,92
Запеканка из печени с рисом	80	12,54	6,66	19,05	186,60
Гороховое пюре	120	11,29	4,79	27,19	197,03
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					
Сельдь т/о среднесоленая с луком и растительным маслом	45	7,05	7,91	2,77	110,04
Жаркое по-домашнему	200	40,14	65,02	24,54	844,22
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