

Утверждаю

Заведующий

Т. Жильцова



**Меню**  
на 12.09.2022  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша жидкая молочная овсяная	175	7,49	8,47	28,38	220,03
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Масло (порциями)	4	0,05	2,46	0,07	22,64
Кофейный напиток с молоком	150	3,70	4,07	11,24	96,30
<b>10:00</b>					
Сок яблочный	150	0,62	0,12	19,65	82,50
<b>ОБЕД</b>					
Суп с рыбными консервами	175	6,40	2,48	11,44	94,10
Соус сметанный с томатом	50	37,42	15,72	67,50	548,08
Тефтели мясные	70	7,69	12,62	6,19	167,87
Каша рассыпчатая гречневая	100	4,84	4,43	24,88	163,75
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

**ДЕТСКИЙ САД**

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша жидкая молочная овсяная	200	8,56	9,68	32,44	251,46
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,08	28,30
Кофейный напиток с молоком	180	4,45	4,88	13,48	115,56
<b>10:00</b>					
Сок яблочный	180	0,74	0,14	23,58	99,00
<b>ОБЕД</b>					
Суп с рыбными консервами	200	7,32	2,84	13,08	107,54
Соус сметанный с томатом	50	37,42	15,72	67,50	548,08
Тефтели мясные	70	7,69	12,62	6,19	167,87
Каша рассыпчатая гречневая	120	5,81	5,32	29,86	196,50
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,30
Хлеб пшеничный					
Компот из сушеных фруктов	180	1,76	0,36	34,56	144,22
<b>ПОЛДНИК</b>					
Икра кабачковая (порция)	45	0,86	4,00	3,46	53,55
Макароны отварные с сыром	200	11,22	9,64	42,74	303,18
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