

Утверждаю:

Заведующий

О.Т. Жильцова



Меню

на 21.04.2022

ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшеничная	175	7,49	8,75	25,02	208,60
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					
Борщ с мясом	175	6,60	9,80	10,97	159,11
Рыба, тушенная с овощами	70	7,36	2,58	2,37	62,59
Пюре картофельное	100	2,80	3,60	15,68	106,37
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	150	0,00	0,00	5,82	22,11
ПОЛДНИК					
Икра кабачковая (порция)	30	0,57	2,67	2,31	35,70
Макароны отварные с сыром	150	8,41	7,23	32,06	227,38
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Напиток из плодов шиповника	150	0,24	0,10	8,76	36,87
Пастила	20	0,10	0,00	16,00	64,80

ДЕТСКИЙ САД 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
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					
Борщ с мясом	200	7,54	11,20	12,54	181,84
Рыба, тушенная с овощами	90	9,46	3,31	3,04	80,47
Пюре картофельное	120	3,36	4,32	18,82	127,64
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
ПОЛДНИК					
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
Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	10,51	44,24
Пастила	20	0,10	0,00	16,00	64,80