

Утверждаю:

Заведующий

О.Т.Жильцова



**МЕНЮ**  
на 17.03.2022  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Омлет натуральный	130	11,64	17,38	3,33	216,75
Кукуруза консервированная	25	0,84	0,12	3,46	18,28
Чай с сахаром	150	0,06	0,00	5,84	22,74
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
<b>10:00</b>					
Сок абрикосовый	150	0,62	0,12	19,65	82,50
<b>ОБЕД</b>					
Борщ с мясом	175	6,60	9,80	10,97	159,11
Запеканка из печени с рисом	60	8,66	4,92	9,20	115,97
Пюре картофельное	100	2,19	2,97	14,70	94,64
Кисель плодово-ягодный	150	0,00	0,00	7,86	30,38
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
<b>ПОЛДНИК</b>					
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
Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,65

<b>ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК</b>					
Омлет натуральный	150	13,42	20,06	3,84	250,10
Кукуруза консервированная	30	1,00	0,14	4,16	21,94
Чай с сахаром	180	0,07	0,00	7,00	27,29
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
<b>10:00</b>					
Сок абрикосовый	180	0,74	0,14	23,58	99,00
<b>ОБЕД</b>					
Борщ с мясом	200	7,54	11,20	12,54	181,84
Запеканка из печени с рисом	80	11,55	6,56	12,27	154,63
Пюре картофельное	120	2,63	3,56	17,64	113,57
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,30
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Кисель плодово-ягодный	180	0,00	0,00	9,43	36,45
<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
Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	10,51	44,24
Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,65