

Утверждаю:

Заведующий

## Меню

на 28.07.2022

ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша жидкая молочная манная	200	7,02	9,36	22,70	203,18
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
<b>10:00</b>					
Сок яблочный	180	0,74	0,14	23,58	99,00
<b>ОБЕД</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	13,06	14,38	8,24	215,36
Рыба, припущенная в молоке	90	11,32	4,07	2,15	91,08
Рис отварной	120	3,29	4,44	26,78	160,37
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
<b>ПОЛДНИК</b>					
Икра кабачковая (порция)	45	0,86	4,00	3,46	53,55
Вареники из п/ф с картофелем, отварные с маслом	160	17,39	14,53	23,47	296,58
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