

Утверждаю

Заведующий

С. В. Жильцова



**Меню**  
на 04.10.2022  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	глево	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Запеканка из творога	120	20,12	13,99	18,67	279,31
Соус сметанный	30	0,26	1,48	2,75	25,13
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
<b>10:00</b>					
Сок яблочный	150	0,62	0,12	19,65	82,50
<b>ОБЕД</b>					
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	175	13,70	11,90	14,21	218,78
Тефтели мясные	50	5,49	9,02	4,42	119,91
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 сушеных фруктов	150	1,47	0,30	28,80	120,18
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кукуруза консервированная	25	0,84	0,12	3,46	18,28
Плов из птицы	180	20,47	22,46	27,41	394,04
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

<b>ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК</b>					
Запеканка из творога	140	23,48	16,32	21,78	325,86
Соус сметанный	40	0,34	1,98	3,67	33,51
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
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>					
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	200	15,66	13,60	16,24	250,04
Тефтели мясные	70	7,69	12,62	6,19	167,87
Пюре картофельное	120	3,36	4,32	18,82	127,64
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>					
Кукуруза консервированная	30	1,00	0,14	4,16	21,94
Плов из птицы	200	22,74	24,96	30,46	437,82
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