

Утверждаю
Заведующий



МЕНЮ
на 15.03.2022
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшеничная	175	6,23	7,44	22,96	183,98
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					
Напиток "Снежок" 2,5%	130	3,51	3,25	14,04	102,70
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	175	4,25	4,38	14,58	114,94
Каша рассыпчатая пшеничная	110	5,10	3,49	29,32	169,16
Гуляш из отварного мяса	75	9,43	10,19	2,33	138,89
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90
Компот из сушеных фруктов	150	1,47	0,30	28,80	120,18
ПОЛДНИК					
Икра кабачковая (порция)	30	0,57	2,67	2,31	35,70
Вареники из п/ф с картофелем, отварные с маслом	150	16,30	13,62	22,00	278,04
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	7,12	8,50	26,24	210,26
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					
Напиток "Снежок" 2,5%	155	4,18	3,88	16,74	122,45
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200	4,86	5,00	16,66	131,36
Каша рассыпчатая пшеничная	130	6,03	4,12	34,65	199,91
Гуляш из отварного мяса	95	11,94	12,91	2,94	175,93
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
ПОЛДНИК					
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
Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	10,51	44,24
Пастила	20	0,10	0,00	16,00	64,80