



О.Т.Жильцова

Меню

на 20.05.2022

ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Глево	Ккал
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная "Дружба"	175	7,33	9,71	21,28	201,32
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Какао с молоком	150	3,06	3,18	10,82	83,86
10:00					
Сок яблочный	150	0,62	0,12	19,65	82,50
ОБЕД					
Суп овощной, вегетарианский с цветной капустой, со сметаной	175	3,62	3,15	16,00	106,31
Котлеты рыбные любительские	50	6,87	2,90	3,38	67,30
Соус томатный с овощами	30	0,66	3,38	3,59	47,76
Рис отварной	100	2,74	3,70	22,32	133,64
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
ПОЛДНИК					
Жаркое по-домашнему	170	34,51	52,94	20,18	695,28
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
Мармелад	35	0,04	0,00	27,79	112,35

ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная "Дружба"	200	8,38	11,10	24,32	230,08
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Какао с молоком	180	3,67	3,82	12,98	100,64
10:00					
Сок яблочный	180	0,74	0,14	23,58	99,00
ОБЕД					
Суп овощной, вегетарианский с цветной капустой, со сметаной	200	4,14	3,60	18,28	121,50
Котлеты рыбные любительские	70	9,62	4,06	4,73	94,22
Соус томатный с овощами	40	0,88	4,50	4,78	63,68
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
ПОЛДНИК					
Жаркое по-домашнему	200	40,60	62,28	23,74	817,98
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром	180	0,05	0,00	6,50	25,16
Мармелад	36	0,04	0,00	28,58	115,56