

Утверждаю:

Заведующий

О. Т. Жильцова



Меню

на 07.10.2022

ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная овсяная	175	7,49	8,47	28,38	220,03
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					
Сок абрикосовый	150	0,62	0,12	19,65	82,50
ОБЕД					
Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	175	4,29	6,20	9,29	110,88
Котлеты рубленые из птицы	50	8,54	10,10	5,52	147,24
Гороховое пюре	100	9,41	3,99	22,66	164,19
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Компот из ягод с/м	150	0,00	0,00	5,82	22,11
ПОЛДНИК					
Голубцы ленивые	175	8,45	7,04	23,43	190,44
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
Вафли	20	0,64	0,56	16,20	68,40

ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная овсяная	200	8,56	9,68	32,44	251,46
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					
Сок абрикосовый	180	0,74	0,14	23,58	99,00
ОБЕД					
Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	200	4,90	7,08	10,62	126,72
Котлеты рубленые из птицы	70	11,96	14,14	7,73	206,14
Гороховое пюре	120	11,29	4,79	27,19	197,03
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,30
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Компот из ягод с/м	180	0,00	0,00	6,98	26,53
ПОЛДНИК					
Голубцы ленивые	200	9,66	8,04	26,78	217,64
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром	180	0,05	0,00	6,50	25,16
Вафли	20	0,64	0,56	16,20	68,40