

Утверждаю:

Заведующий

О. Т. Жильцова



Меню
на 29.09.2022
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшеничная	175	7,49	8,75	25,02	208,60
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Повидло	8	0,00	0,00	0,00	0,00
Какао с молоком	150	3,06	3,18	10,82	83,86
10:00					
Сок виноградный	150	0,62	0,12	19,65	82,50
ОБЕД					
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	175	11,43	12,58	7,21	188,44
Котлеты рыбные любительские	50	6,87	2,90	3,38	67,30
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
ПОЛДНИК					
Икра кабачковая (порция)	30	0,57	2,67	2,31	35,70
Макароны отварные с сыром	150	8,41	7,23	32,06	227,38
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 пшеничная	200	8,56	10,00	28,60	238,40
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0,00	0,00	0,00	0,00
Какао с молоком	180	3,67	3,82	12,98	100,64
10:00					
Сок виноградный	180	0,74	0,14	23,58	99,00
ОБЕД					
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	13,06	14,38	8,24	215,36
Котлеты рыбные любительские	70	9,62	4,06	4,73	94,22
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
ПОЛДНИК					
Икра кабачковая (порция)	45	0,86	4,00	3,46	53,55
Макароны отварные с сыром	200	11,22	9,64	42,74	303,18
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