

Утверждаю:

Заведующий О.П. Жильцова



МЕНЮ
на 30.03.2022
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
Повидло	8	0,00	0,00	0,00	0,00
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
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 овощной, вегетарианский с цветной капустой, со сметаной	175	3,62	3,15	16,00	106,31
Тефтели мясные	50	5,49	9,02	4,42	119,91
Рагу из овощей	100	1,87	5,78	10,91	103,89
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					
Макароны отварные с сыром	150	8,41	7,23	32,06	227,38
Икра кабачковая (порция)	30	0,57	2,67	2,31	35,70
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Напиток из плодов шиповника	150	0,24	0,10	8,76	36,87
Вафли	20	0,64	0,56	16,20	68,40
ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшеничная	200	7,12	8,50	26,24	210,26
Повидло	10	0,00	0,00	0,00	0,00
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
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 овощной, вегетарианский с цветной капустой, со сметаной	200	4,14	3,60	18,28	121,50
Тефтели мясные	70	7,69	12,62	6,19	167,87
Рагу из овощей	120	2,24	6,94	13,09	124,67
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					
Макароны отварные с сыром	200	11,22	9,64	42,74	303,18
Икра кабачковая (порция)	45	0,86	4,00	3,46	53,55
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	10,51	44,24