

Утверждаю:

Заведующий \_\_\_\_\_ О.Т.Жильцова



**МЕНЮ**  
на 09.03.2022  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша жидкая молочная манная	175	5,30	7,32	18,48	161,37
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Масло (порциями)	4	0,05	2,46	0,07	22,64
Чай с сахаром	150	0,04	0,00	5,42	20,97
<b>10:00</b>					
Сок яблочный	150	0,62	0,12	19,65	82,50
<b>ОБЕД</b>					
Суп с рыбными консервами	175	6,40	2,48	11,44	94,10
Икра кабачковая (порция)	30	0,57	2,67	2,31	35,70
Пельмени мясные отварные с маслом	150	14,96	26,14	22,77	396,69
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
<b>ПОЛДНИК</b>					
Капуста отварная	155	2,15	3,41	5,97	63,01
Рис отварной	100	2,74	3,70	22,32	133,64
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

<b>ДЕТСКИЙ САД ЗАВТРАК</b>					
Каша жидкая молочная манная	200	6,06	8,36	21,12	184,42
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,08	28,30
Чай с сахаром	180	0,05	0,00	6,50	25,16
<b>10:00</b>					
Сок яблочный	180	0,74	0,14	23,58	99,00
<b>ОБЕД</b>					
Суп с рыбными консервами	200	7,32	2,84	13,08	107,54
Икра кабачковая (порция)	45	0,86	4,00	3,46	53,55
Пельмени мясные отварные с маслом	180	17,95	31,37	27,32	476,03
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,30
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Компот из сушеных фруктов	180	1,76	0,36	34,56	144,22
<b>ПОЛДНИК</b>					
Капуста отварная	155	2,15	3,41	5,97	63,01
Рис отварной	120	3,29	4,44	26,78	160,37
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