

Утверждаю:

Заведующий

О.Т. Жильцова



Меню

на 25.05.2022
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	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 черносмородиновый	150	0,62	0,12	19,65	82,50
ОБЕД					
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	175	9,21	10,32	7,12	158,92
Гуляш из отварного мяса	75	12,89	18,26	2,33	225,38
Гороховое пюре	100	9,41	3,99	22,66	164,19
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90
Компот из сушеных фруктов	150	1,47	0,30	28,80	120,18
ПОЛДНИК					
Рыба, тушеная с овощами	70	7,36	2,58	2,37	62,59
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
Пастила	20	0,10	0,00	16,00	64,80

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 черносмородиновый	180	0,74	0,14	23,58	99,00
ОБЕД					
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	10,52	11,80	8,14	181,62
Гуляш из отварного мяса	95	16,33	23,13	2,94	285,48
Гороховое пюре	120	11,29	4,79	27,19	197,03
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,30
Компот из сушеных фруктов	180	1,76	0,36	34,56	144,22
ПОЛДНИК					
Рыба, тушеная с овощами	90	9,46	3,31	3,04	80,47
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
Пастила	20	0,10	0,00	16,00	64,80