



О.Т.Жильцова

# Меню

на 04.05.2022

ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			
		Белки	Жир	Углевод	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша жидкая молочная овсяная	175	6,48	8,37	22,45	191,24
Батон нарезной	25	1,88	0,72	12,85	65,50
Повидло	8	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофейный напиток с молоком	150	3,70	4,07	11,24	96,30
<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
Птица, тушенная в соусе с овощ	220	14,01	12,58	24,11	265,89
Каша рассыпчатая гречневая	100	4,84	4,43	24,88	163,75
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	38,78
Компот из сушеных фруктов	150	1,47	0,30	28,80	120,18
<b>ПОЛДНИК</b>					
Рагу овощное с мясом	175	18,24	28,91	27,16	445,52
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 овсяная	200	7,40	9,56	25,66	218,56
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофейный напиток с молоком	180	4,45	4,88	13,48	115,56
<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
Птица, тушенная в соусе с овощами	250	15,92	14,30	27,40	302,15
Каша рассыпчатая гречневая	120	5,81	5,32	29,86	196,50
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>					
Рагу овощное с мясом	200	20,84	33,04	31,04	509,16
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