

МЕНЮ
на 13.01.2023
ЯСЛИ

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|---|-----------------|------------------|---------|------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | Кальций, мг | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша молочная ассорти (рис, пшено) с ма | 130 | 3.25 | 3.84 | 16.64 | 113.75 | 0.351 |
| Батон с повидлом | 15 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.000 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2.25 | 2.16 | 10.02 | 66.75 | 0.390 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 100 | 0.50 | 0.00 | 10.10 | 42.22 | 2.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с луком и | 30 | 0.48 | 2.03 | 2.84 | 31.49 | 11.451 |
| Рассольник с крупой и сметаной | 150 | 1.35 | 3.38 | 9.38 | 74.25 | 4.035 |
| Картофельное пюре | 110 | 2.27 | 3.09 | 15.14 | 99.00 | 7.876 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0.26 | 0.02 | 9.59 | 54.00 | 26.475 |
| Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8) | 20 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 46.60 | 0.000 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2.64 | 0.48 | 13.36 | 66.00 | 0.920 |
| Тефтели рыбные с рисом в соусе | 70 | 6.43 | 2.27 | 6.04 | 114.62 | 0.462 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| Суп молочный с лапшой | 150 | 2.55 | 2.78 | 9.00 | 71.25 | 0.315 |
| Чай с лимоном | 180 | 0.07 | 0.02 | 8.10 | 32.40 | 0.702 |
| Ватрушка со сметаной | 40 | 3.44 | 5.16 | 18.89 | 137.23 | 0.060 |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2 | 10 | 0.79 | 0.10 | 4.83 | 21.36 | 0.000 |

МЕНЮ
на 13.01.2023
ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|---|-----------------|------------------|---------|------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | Кальций, мг | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша молочная ассорти (рис, пшено) с ма | 180 | 4.50 | 5.31 | 23.04 | 157.50 | 0.486 |
| Батон с повидлом | 25 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.000 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3.00 | 2.88 | 13.36 | 89.00 | 0.520 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 150 | 0.75 | 0.00 | 15.15 | 63.33 | 3.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с луком и | 50 | 0.80 | 3.38 | 4.72 | 52.49 | 19.085 |
| Рассольник с крупой и сметаной | 180 | 1.62 | 4.05 | 11.25 | 89.10 | 4.842 |
| Картофельное пюре | 110 | 2.27 | 3.09 | 15.14 | 99.00 | 7.876 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.34 | 0.02 | 12.78 | 72.00 | 35.300 |
| Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8) | 30 | 2.28 | 0.24 | 14.76 | 69.90 | 0.000 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3.30 | 0.60 | 16.70 | 82.50 | 1.150 |
| Тефтели рыбные с рисом в соусе | 80 | 7.35 | 2.59 | 6.90 | 131.00 | 0.528 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| Суп молочный с лапшой | 180 | 3.06 | 3.33 | 10.80 | 85.50 | 0.378 |
| Чай с лимоном | 200 | 0.08 | 0.02 | 9.00 | 36.00 | 0.780 |
| Ватрушка со сметаной | 50 | 4.30 | 6.45 | 23.62 | 171.54 | 0.075 |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2 | 15 | 1.18 | 0.15 | 7.24 | 32.04 | 0.000 |