

МЕНЮ
на 19.01.2023
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	130	3.90	3.44	19.95	126.75	0.273
Хлеб с маслом и яйцом	15	2.43	2.79	7.49	64.89	0.000
Чай с молоком	150	1.05	1.06	8.41	45.75	0.195
ЗАВТРАК 2						
Молоко	100	2.90	3.20	4.70	60.00	1.300
ОБЕД						
Салат из свеклы с солеными огурцами	30	0.50	3.02	2.03	37.26	2.220
Суп картофельный с крупой	150	2.02	3.30	12.22	87.75	3.900
Картофельное пюре	110	2.27	3.09	15.14	99.00	7.876
Рыба, запеченная в молочном соусе	100	10.50	2.60	4.80	85.00	0.150
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
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Пудинг из творога	130	18.98	13.65	27.17	308.10	0.195
Соус молочный сладкий	20	0.50	0.94	2.97	21.94	0.078
Кофейный напиток с молоком	150	2.25	2.16	10.02	66.75	0.390
Батон с повидлом	15	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000

МЕНЮ
на 19.01.2023
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	5.40	4.77	27.63	175.50	0.378
Хлеб с маслом и яйцом	25	4.05	4.65	12.48	108.14	0.000
Чай с молоком	200	1.40	1.42	11.22	61.00	0.260
ЗАВТРАК 2						
Молоко	150	4.35	4.80	7.05	90.00	1.950
ОБЕД						
Салат из свеклы с солеными огурцами	50	0.84	5.03	3.38	62.10	3.700
Суп картофельный с крупой	180	2.43	3.96	14.67	105.30	4.680
Картофельное пюре	130	2.68	3.65	17.89	117.00	9.308
Рыба, запеченная в молочном соусе	120	12.60	3.12	5.76	102.00	0.180
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
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Пудинг из творога	150	21.90	15.75	31.35	355.50	0.225
Соус молочный сладкий	30	0.74	1.41	4.46	32.91	0.117
Кофейный напиток с молоком	200	3.00	2.88	13.36	89.00	0.520
Батон с повидлом	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000