

**МЕНЮ**  
на 31.01.2023  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Глеводы, г	рийность, г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	130	4.16	4.81	17.68	131.30	0.273
Кофейный напиток с молоком	150	2.25	2.16	10.02	66.75	0.390
Батон с маслом	15	0.04	1.84	0.05	16.98	0.000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Молоко	100	2.90	3.20	4.70	60.00	1.300
<b>ОБЕД</b>						
Салат из отварного картофеля с огурцами	30	0.45	2.05	2.90	32.00	1.446
Суп картофельный с бобовыми	150	3.22	3.00	12.00	88.50	3.390
Голубцы с мясом куры и рисом (ленивые) б	130	14.16	13.77	10.65	223.89	45.045
Соус молочный с овощами (вариант 2)	20	0.37	0.83	1.16	13.56	0.140
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Напиток из шиповника	100	0.11	0.05	8.34	32.50	44.500
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>						
Сырники из творога	110	18.81	10.45	22.33	260.70	0.198
Сгущеное молоко	20	1.40	1.58	1.90	27.00	0.000
Чай с лимоном	180	0.07	0.02	8.10	32.40	0.702
слойка свердловская	70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000

**МЕНЮ**  
на 31.01.2023  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Глеводы, г	рийность, г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5.76	6.66	24.48	181.80	0.378
Кофейный напиток с молоком	200	3.00	2.88	13.36	89.00	0.520
Батон с маслом	25	0.06	3.08	0.08	28.30	0.000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Молоко	150	4.35	4.80	7.05	90.00	1.950
<b>ОБЕД</b>						
Салат из отварного картофеля с огурцами	50	0.75	3.42	4.84	53.34	2.410
Суп картофельный с бобовыми	180	3.87	3.60	14.40	106.20	4.068
Голубцы с мясом куры и рисом (ленивые) б	150	16.34	15.88	12.28	258.33	51.975
Соус молочный с овощами (вариант 2)	30	0.56	1.24	1.75	20.34	0.210
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Напиток из шиповника	150	0.16	0.08	12.51	48.75	66.750
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>						
Сырники из творога	130	22.23	12.35	26.39	308.10	0.234
Сгущеное молоко	30	2.10	2.37	2.85	40.50	0.000
Чай с лимоном	200	0.08	0.02	9.00	36.00	0.780
слойка свердловская	70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000