

МЕНЮ
на 14.02.2023
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Витаминность, %	
ЗАВТРАК						
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 повидлом	15	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
ЗАВТРАК 2						
Молоко	100	2.90	3.20	4.70	60.00	1.300
ОБЕД						
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
Капуста тушеная *	110	2.44	8.14	10.64	126.40	52.921
Мясо кур отварное	50	11.80	11.20	0.10	148.00	0.560
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
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
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Сырники из творога	110	18.81	10.45	22.33	260.70	0.198
Сгущенное молоко	20	1.40	1.58	1.90	27.00	0.000
Слойка	40	2.59	1.70	17.57	96.32	0.000
Чай с лимоном	180	0.07	0.02	8.10	32.40	0.702

МЕНЮ
на 14.02.2023
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Витаминность, %	
ЗАВТРАК						
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 повидлом	25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
ЗАВТРАК 2						
Молоко	150	4.35	4.80	7.05	90.00	1.950
ОБЕД						
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
Капуста тушеная *	130	2.89	9.62	12.57	149.38	62.543
Мясо кур отварное	70	16.52	15.68	0.14	207.20	0.784
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
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
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Сырники из творога	130	22.23	12.35	26.39	308.10	0.234
Сгущенное молоко	30	2.10	2.37	2.85	40.50	0.000
Слойка	40	2.59	1.70	17.57	96.32	0.000
Чай с лимоном	200	0.08	0.02	9.00	36.00	0.780