

МЕНЮ
на 13.03.2023
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
ЗАВТРАК						
Макароны отварные с овощами	110	5.04	4.71	24.41	159.96	3.740
Чай черный	150	0.03	0.00	6.81	26.25	0.000
Хлеб с маслом и сыром	15	2.33	3.12	7.42	67.53	0.035
ОБЕД						
Икра кабачковая	30	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
Суп из овощей со сметаной	150	1.14	3.90	6.22	65.25	5.145
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	6.31	5.01	27.73	183.37	0.660
Тефтели из мяса говядины в молочном соусе	70	7.76	7.97	6.62	129.29	0.756
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
Компот из сухофруктов	150	0.26	0.02	9.59	54.00	26.475
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Рулет или запеканка или зразы картофельные	110	3.06	6.39	20.17	150.58	30.811
Соус томатный	20	0.12	0.63	1.07	10.36	0.006
Кофейный напиток с молоком	150	2.25	2.16	10.02	66.75	0.390
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	10	0.79	0.10	4.83	21.36	0.000

МЕНЮ
на 13.03.2023
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
ЗАВТРАК						
Макароны отварные с овощами	130	5.95	5.56	28.85	189.05	4.420
Чай черный	200	0.04	0.00	9.08	35.00	0.000
Хлеб с маслом и сыром	25	3.88	5.21	12.37	112.54	0.058
ОБЕД						
Икра кабачковая	30	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
Суп из овощей со сметаной	180	1.37	4.68	7.47	78.30	6.174
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	7.46	5.92	32.77	216.71	0.780
Тефтели из мяса говядины в молочном соусе	100	11.08	11.38	9.46	184.70	1.080
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
Компот из сухофруктов	200	0.34	0.02	12.78	72.00	35.300
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Рулет или запеканка или зразы картофельные	130	3.61	7.55	23.84	177.96	36.413
Соус томатный	30	0.17	0.94	1.60	15.55	0.009
Кофейный напиток с молоком	200	3.00	2.88	13.36	89.00	0.520
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	15	1.18	0.15	7.24	32.04	0.000