

МЕНЮ
на 30.03.2023
ЯСЛИ

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|--|-----------------|------------------|---------|------------|------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Глеводы, г | риность, г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочн | 130 | 3.90 | 3.44 | 19.95 | 126.75 | 0.273 |
| Хлеб с маслом и сыром | 15 | 2.33 | 3.12 | 7.42 | 67.53 | 0.035 |
| Чай с молоком | 150 | 1.05 | 1.06 | 8.41 | 45.75 | 0.195 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из отварной свеклы с черносливом | 30 | 0.40 | 2.50 | 5.75 | 46.50 | 0.561 |
| 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 |
| Тефтели рыбные в соусе | 70 | 5.96 | 3.25 | 5.77 | 76.46 | 0.322 |
| 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 | | | | | | |
| Суп молочный с крупой | 150 | 2.62 | 3.15 | 10.65 | 81.00 | 0.390 |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2 | 10 | 0.79 | 0.10 | 4.83 | 21.36 | 0.000 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2.25 | 2.16 | 10.02 | 66.75 | 0.390 |
| Ватрушка со сметаной | 40 | 3.44 | 5.16 | 18.89 | 137.23 | 0.060 |

МЕНЮ
на 30.03.2023
ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|--|-----------------|------------------|---------|------------|------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Глеводы, г | риность, г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочн | 180 | 5.40 | 4.77 | 27.63 | 175.50 | 0.378 |
| Хлеб с маслом и сыром | 25 | 3.88 | 5.21 | 12.37 | 112.54 | 0.058 |
| Чай с молоком | 200 | 1.40 | 1.42 | 11.22 | 61.00 | 0.260 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из отварной свеклы с черносливом | 50 | 0.66 | 4.16 | 9.59 | 77.50 | 0.935 |
| 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 |
| Тефтели рыбные в соусе | 100 | 8.52 | 4.64 | 8.24 | 109.23 | 0.460 |
| 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 | | | | | | |
| Суп молочный с крупой | 180 | 3.15 | 3.78 | 12.78 | 97.20 | 0.468 |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2 | 15 | 1.18 | 0.15 | 7.24 | 32.04 | 0.000 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3.00 | 2.88 | 13.36 | 89.00 | 0.520 |
| Ватрушка со сметаной | 50 | 4.30 | 6.45 | 23.62 | 171.54 | 0.075 |