

МЕНЮ
на 30.03.2023
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 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	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
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