

**МЕНЮ**  
на 22.05.2023  
ЯСЛИ.

| Наименование блюда                  | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |             |             | Витамин С |
|-------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------|-----------|
|                                     |                 | Белки, г         | Жиры, г | Гликоиды, г | Кальций, мг |           |
| <b>ЗАВТРАК</b>                      |                 |                  |         |             |             |           |
| Каша гречневая молочная с маслом сл | 130             | 4.71             | 4.32    | 19.02       | 133.90      | 0.273     |
| Хлеб с маслом и сыром               | 15              | 2.33             | 3.12    | 7.42        | 67.53       | 0.035     |
| Какао с молоком                     | 150             | 3.09             | 2.97    | 18.87       | 112.70      | 0.975     |
| <b>ОБЕД</b>                         |                 |                  |         |             |             |           |
| Щи из свежей капусты со сметаной    | 150             | 1.27             | 2.00    | 5.43        | 39.75       | 8.145     |
| Пюре из гороха с маслом             | 110             | 12.69            | 3.11    | 26.52       | 185.00      | 0.000     |
| Тефтели из говядины с рисом (ежики) | 50              | 5.42             | 7.14    | 6.69        | 113.02      | 1.520     |
| Компот из сухофруктов               | 150             | 0.26             | 0.02    | 9.59        | 54.00       | 26.475    |
| хлеб пшеничный                      | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66        | 42.72       | 0.000     |
| Хлеб ржаной                         | 40              | 2.64             | 0.48    | 13.36       | 66.00       | 0.920     |
| Икра кабачковая                     | 30              | 0.00             | 0.00    | 0.00        | 0.00        | 0.000     |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>          |                 |                  |         |             |             |           |
| Рулет картофельный с яйцом          | 110             | 7.45             | 10.42   | 28.24       | 236.22      | 25.762    |
| Соус молочный с овощами             | 20              | 0.39             | 1.18    | 1.35        | 17.52       | 0.134     |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2       | 10              | 0.79             | 0.10    | 4.83        | 21.36       | 0.000     |
| Чай с молоком                       | 150             | 1.05             | 1.06    | 8.41        | 45.75       | 0.195     |
| Булочка Домашняя                    | 40              | 2.99             | 9.40    | 21.86       | 184.96      | 0.284     |

**МЕНЮ**  
на 22.05.2023  
ДЕТСКИЙ САД.

| Наименование блюда                  | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |             |             | Витамин С |
|-------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------|-----------|
|                                     |                 | Белки, г         | Жиры, г | Гликоиды, г | Кальций, мг |           |
| <b>ЗАВТРАК</b>                      |                 |                  |         |             |             |           |
| Каша гречневая молочная с маслом сл | 180             | 6.52             | 5.98    | 26.33       | 185.40      | 0.378     |
| Хлеб с маслом и сыром               | 25              | 3.88             | 5.21    | 12.37       | 112.54      | 0.058     |
| Какао с молоком                     | 200             | 4.12             | 3.96    | 25.16       | 150.26      | 1.300     |
| <b>ОБЕД</b>                         |                 |                  |         |             |             |           |
| Щи из свежей капусты со сметаной    | 180             | 1.53             | 2.39    | 6.52        | 47.70       | 9.774     |
| Пюре из гороха с маслом             | 130             | 15.00            | 3.68    | 31.34       | 218.63      | 0.000     |
| Тефтели из говядины с рисом (ежики) | 70              | 7.58             | 10.00   | 9.37        | 158.23      | 2.128     |
| Компот из сухофруктов               | 200             | 0.34             | 0.02    | 12.78       | 72.00       | 35.300    |
| хлеб пшеничный                      | 30              | 2.37             | 0.30    | 14.49       | 64.08       | 0.000     |
| Хлеб ржаной                         | 50              | 3.30             | 0.60    | 16.70       | 82.50       | 1.150     |
| Икра кабачковая                     | 30              | 0.00             | 0.00    | 0.00        | 0.00        | 0.000     |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>          |                 |                  |         |             |             |           |
| Рулет картофельный с яйцом          | 130             | 8.80             | 12.31   | 33.37       | 279.18      | 30.446    |
| Соус молочный с овощами             | 30              | 0.58             | 1.77    | 2.02        | 26.28       | 0.201     |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2       | 15              | 1.18             | 0.15    | 7.24        | 32.04       | 0.000     |
| Чай с молоком                       | 200             | 1.40             | 1.42    | 11.22       | 61.00       | 0.260     |
| Булочка Домашняя                    | 50              | 3.74             | 11.74   | 27.33       | 231.20      | 0.355     |