

МЕНЮ
на 19.06.2023
ЯСЛИ.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|---|-----------------|------------------|---------|-------------|-----------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Гликоиды, г | Витамин С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша гречневая молочная с маслом слив | 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 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 100 | 0.50 | 0.00 | 10.10 | 42.22 | 2.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 |
| Биточки (котлеты) из мяса кур | 50 | 8.96 | 7.31 | 7.41 | 131.88 | 0.190 |
| 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 |
| Салат из белокочанной капусты с луком и | 30 | 0.48 | 2.03 | 2.84 | 31.49 | 11.451 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| 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 (сверху с сахаром) | 40 | 2.99 | 9.40 | 21.86 | 184.96 | 0.284 |

МЕНЮ
на 19.06.2023
ДЕТСКИЙ САД.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|---|-----------------|------------------|---------|-------------|-----------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Гликоиды, г | Витамин С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша гречневая молочная с маслом слив | 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 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 150 | 0.75 | 0.00 | 15.15 | 63.33 | 3.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 |
| Биточки (котлеты) из мяса кур | 70 | 12.54 | 10.23 | 10.37 | 184.62 | 0.266 |
| 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 |
| Салат из белокочанной капусты с луком и | 50 | 0.80 | 3.38 | 4.72 | 52.49 | 19.085 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| 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 (сверху с сахаром) | 50 | 3.74 | 11.74 | 27.33 | 231.20 | 0.355 |