

МЕНЮ
на 10.08.2023
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Кальций, мг	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с	130	3.50	4.50	17.23	123.28	0.858
Батон с повидлом	15	0.05	0.01	0.47	2.01	0.000
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	11.01	74.81	0.975
ЗАВТРАК 2						
Сок или фрукты	200	1.00	0.20	20.20	94.00	4.000
ОБЕД						
Борщ со сметаной	150	4.71	7.00	7.10	110.79	18.795
Капуста тушеная *	110	2.42	8.68	10.62	131.11	52.921
Биточки (котлеты) из мяса кур	50	9.32	9.73	7.39	155.86	0.975
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	12.32	46.80	0.075
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
Горошек зеленый с яйцом	30	3.06	2.46	2.58	44.40	7.500
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Запеканка из творога	110	15.52	11.11	15.12	289.86	0.011
Чай с молоком	150	1.12	1.22	9.26	51.15	0.510
Соус молочный сладкий	20	0.52	1.07	3.26	24.54	0.200
Слойка	40	2.59	1.70	17.57	96.32	0.000

МЕНЮ
на 10.08.2023
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Кальций, мг	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с	180	4.84	6.23	23.85	170.69	1.188
Батон с повидлом	25	0.08	0.01	0.79	3.35	0.000
Кофейный напиток с молоком	200	3.20	3.28	14.68	99.74	1.300
ЗАВТРАК 2						
Сок или фрукты	200	1.00	0.20	20.20	94.00	4.000
ОБЕД						
Борщ со сметаной	180	5.65	8.41	8.51	132.95	22.554
Капуста тушеная *	130	2.86	10.26	12.54	154.95	62.543
Биточки (котлеты) из мяса кур	70	13.05	13.63	10.35	218.20	1.365
Компот из сухофруктов	200	0.02	0.00	16.42	62.40	0.100
Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	85.44	0.000
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Горошек зеленый с яйцом	50	5.10	4.10	4.30	74.00	12.500
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Запеканка из творога	130	18.34	13.13	17.88	342.56	0.013
Чай с молоком	200	1.50	1.62	12.34	68.20	0.680
Соус молочный сладкий	30	0.79	1.60	4.90	36.81	0.300
Слойка	40	2.59	1.70	17.57	96.32	0.000