

МЕНЮ
на 16.08.2023
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Глеводы, г	рийность,	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с	130	3.26	4.34	17.55	122.28	0.858
Батон с маслом	15	0.02	2.17	0.04	19.83	0.000
Чай черный	150	0.03	0.02	7.50	28.65	0.015
ЗАВТРАК 2						
Сок или фрукты	100	0.50	0.10	10.10	47.00	2.000
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	150	1.40	3.72	9.63	77.67	10.215
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Суфле из рыбы(минтай)	50	4.75	2.37	1.98	48.12	0.230
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
Салат из белокочанной капусты с морков	30	0.52	2.03	3.02	32.42	11.499
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Суп молочный с крупой	150	2.86	3.72	10.65	87.87	0.975
Какао с молоком	150	3.09	2.97	18.87	112.70	0.975
хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Тесто дрожжевое сдобное-1	30	2.47	2.67	15.08	95.37	0.183
Фарш картофельный с луком (беляш)	15	0.29	0.66	2.31	16.36	2.835

МЕНЮ
на 16.08.2023
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Глеводы, г	рийность,	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с	180	4.52	6.01	24.30	169.31	1.188
Батон с маслом	25	0.04	3.62	0.06	33.05	0.000
Чай черный	200	0.04	0.02	10.00	38.20	0.020
ЗАВТРАК 2						
Сок или фрукты	150	0.75	0.15	15.15	70.50	3.000
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	180	1.67	4.46	11.56	93.20	12.258
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Суфле из рыбы(минтай)	70	6.65	3.32	2.76	67.36	0.322
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
Салат из белокочанной капусты с морков	50	0.86	3.38	5.03	54.04	19.165
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Суп молочный с крупой	180	3.44	4.46	12.78	105.44	1.170
Какао с молоком	200	4.12	3.96	25.16	150.26	1.300
хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	85.44	0.000
Тесто дрожжевое сдобное-1	30	2.47	2.67	15.08	95.37	0.183
Фарш картофельный с луком (беляш)	20	0.39	0.87	3.08	21.81	3.780