

МЕНЮ
на 23.08.2023
ЯСЛИ.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|--|-----------------|------------------|---------|-------------|-----------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Гликоиды, г | Витамин С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом с/ | 130 | 4.41 | 5.47 | 19.54 | 144.91 | 0.676 |
| Хлеб с маслом и сыром | 15 | 1.01 | 1.94 | 5.73 | 46.31 | 0.000 |
| Чай с молоком | 150 | 1.12 | 1.22 | 9.26 | 51.15 | 0.510 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Снежок | 100 | 2.80 | 2.50 | 4.20 | 51.00 | 0.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из свеклы с солеными огурцами | 30 | 0.50 | 3.02 | 2.03 | 37.26 | 2.220 |
| Суп фасолевый | 150 | 2.84 | 3.86 | 8.28 | 80.22 | 3.315 |
| 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 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| Омлет запеченный или паровой | 110 | 11.37 | 12.45 | 2.04 | 165.85 | 0.396 |
| печенье | 15 | 1.11 | 1.41 | 10.96 | 61.05 | 0.000 |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2 | 10 | 0.79 | 0.10 | 4.83 | 21.36 | 0.000 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2.40 | 2.46 | 11.01 | 74.81 | 0.975 |

МЕНЮ
на 23.08.2023
ДЕТСКИЙ САД.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|--|-----------------|------------------|---------|-------------|-----------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Гликоиды, г | Витамин С | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом с/ | 180 | 6.10 | 7.58 | 27.05 | 200.65 | 0.936 |
| Хлеб с маслом и сыром | 25 | 1.68 | 3.23 | 9.56 | 77.18 | 0.000 |
| Чай с молоком | 200 | 1.50 | 1.62 | 12.34 | 68.20 | 0.680 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Снежок | 150 | 4.20 | 3.75 | 6.30 | 76.50 | 0.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Салат из свеклы с солеными огурцами | 50 | 0.84 | 5.03 | 3.38 | 62.10 | 3.700 |
| Суп фасолевый | 180 | 3.40 | 4.63 | 9.94 | 96.26 | 3.978 |
| 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 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| Омлет запеченный или паровой | 130 | 13.44 | 14.72 | 2.40 | 196.00 | 0.468 |
| печенье | 15 | 1.11 | 1.41 | 10.96 | 61.05 | 0.000 |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2 | 15 | 1.18 | 0.15 | 7.24 | 32.04 | 0.000 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3.20 | 3.28 | 14.68 | 99.74 | 1.300 |