

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/ж	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/ж	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