

МЕНЮ
на 12.10.2023
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С, мг	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом сливоч	130	3.67	3.76	19.76	127.50	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
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты с луком	30	0.48	2.03	2.84	31.49	11.451
Суп картофельный с рыбой	150	3.50	3.93	10.82	92.74	12.915
Плов из мяса кур	130	13.39	13.38	20.12	254.45	2.405
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	12.32	46.80	0.075
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	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
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	11.01	74.81	0.975
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000

МЕНЮ
на 12.10.2023
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С, мг	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом сливоч	180	5.08	5.20	27.36	176.54	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
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты с луком	50	0.80	3.38	4.72	52.49	19.085
Суп картофельный с рыбой	180	4.19	4.72	12.98	111.29	15.498
Плов из мяса кур	150	15.45	15.44	23.22	293.60	2.775
Компот из сухофруктов	200	0.02	0.00	16.42	62.40	0.100
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	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
Кофейный напиток с молоком	200	3.20	3.28	14.68	99.74	1.300
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000