

**МЕНЮ**  
на 20.10.2023  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витам С
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	рийность,	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша гречневая молочная с маслом с	130	4.34	4.38	19.63	135.20	0.676
Хлеб с маслом и яйцом	15	2.27	3.08	5.80	61.85	0.000
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	11.01	74.81	0.975
<b>ОБЕД</b>						
Морковь тушеная	30	0.42	1.18	2.59	22.59	0.513
Свекольник со сметаной	150	1.40	3.72	9.63	77.67	10.215
Рагу из мяса кур	130	15.04	20.83	15.11	308.26	17.680
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
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>						
Чай черный	150	0.03	0.02	7.50	28.65	0.015
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	10	0.79	0.10	4.83	21.36	0.000
Ватрушка со сметаной	40	3.58	5.84	20.76	151.49	0.320
Суп молочный с крупой	150	2.86	3.72	10.65	87.87	0.975

**МЕНЮ**  
на 20.10.2023  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витам С
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	рийность,	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша гречневая молочная с маслом с	180	6.01	6.07	27.18	187.20	0.936
Хлеб с маслом и яйцом	25	3.78	5.13	9.67	103.09	0.000
Кофейный напиток с молоком	200	3.20	3.28	14.68	99.74	1.300
<b>ОБЕД</b>						
Морковь тушеная	50	0.70	1.98	4.31	37.65	0.855
Свекольник со сметаной	180	1.67	4.46	11.56	93.20	12.258
Рагу из мяса кур	150	17.36	24.03	17.43	355.68	20.400
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
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>						
Чай черный	200	0.04	0.02	10.00	38.20	0.020
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	15	1.18	0.15	7.24	32.04	0.000
Ватрушка со сметаной	50	4.47	7.30	25.95	189.36	0.400
Суп молочный с крупой	180	3.44	4.46	12.78	105.44	1.170