

МЕНЮ
на 26.10.2023
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витами С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С, мг	
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная с маслом сливочным	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						
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
лук репчатый	20	0.28	0.04	1.64	8.20	2.000
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Салат из белокочанной капусты с луком и маслом	50	0.80	3.38	4.72	52.49	19.085
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