

МЕНЮ
на 10.01.2024
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	рийность,	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	5.01	5.55	30.68	192.68	0.975
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
Батон с маслом	20	0.03	2.90	0.05	26.44	0.000
ОБЕД						
Горошек зеленый с яйцом	30	3.06	2.46	2.58	44.40	7.500
Борщ с фасолью и сметаной	120	1.78	3.01	7.21	63.38	7.932
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Рыба, запеченная в молочном соусе	50	4.67	2.49	2.90	54.28	0.340
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	33.00	0.460
Компот из сухофруктов	140	0.01	0.00	9.95	37.86	0.070
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Лапшевник с творогом	110	8.44	8.41	28.89	242.68	0.022
Соус молочный сладкий	20	0.52	1.07	3.26	24.54	0.200
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Ватрушка с творогом	40	4.90	5.66	17.59	151.21	0.192
Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	40	0.53	2.00	7.87	50.67	1.472

МЕНЮ
на 10.01.2024
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	рийность,	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	6.01	6.66	36.81	231.21	1.170
Кофейный напиток с молоком	170	2.72	2.79	11.12	79.63	1.105
Батон с маслом	30	0.05	4.35	0.08	39.66	0.000
ОБЕД						
Горошек зеленый с яйцом	50	5.10	4.10	4.30	74.00	12.500
Борщ с фасолью и сметаной	160	2.37	4.02	9.62	84.51	10.576
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Рыба, запеченная в молочном соусе	70	6.54	3.49	4.06	75.98	0.476
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000
Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	49.50	0.690
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Лапшевник с творогом	150	11.50	11.48	39.39	330.93	0.030
Соус молочный сладкий	30	0.79	1.60	4.90	36.81	0.300
Чай черный	200	0.04	0.02	8.40	32.14	0.020
Ватрушка с творогом	50	6.12	7.08	21.98	189.02	0.240
Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0.66	2.50	9.84	63.34	1.840