

МЕНЮ
на 30.01.2024
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	Витамин С	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32	22.54	167.20	0.780
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
ЗАВТРАК 2						
Молоко	100	2.90	3.20	4.70	60.00	1.300
ОБЕД						
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами	30	0.35	2.45	1.75	30.50	0.714
Щи из свежей капусты со сметаной	120	1.02	1.74	4.34	37.66	16.728
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Тефтели рыбные(минтай) в соусе	50	2.49	2.52	4.20	50.04	0.480
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
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Сырники из творога	120	17.46	12.85	25.31	358.98	0.096
Сгущенное молоко	20	1.40	1.58	1.90	27.00	0.000
Маффины	80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	40	0.53	2.00	7.87	50.67	1.472

МЕНЮ
на 30.01.2024
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	Витамин С	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	6.10	7.58	27.05	200.65	0.936
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
ЗАВТРАК 2						
Молоко	150	4.35	4.80	7.05	90.00	1.950
ОБЕД						
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами	50	0.58	4.08	2.92	50.84	1.190
Щи из свежей капусты со сметаной	160	1.36	2.32	5.79	50.21	22.304
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Тефтели рыбные(минтай) в соусе	70	3.49	3.53	5.87	70.05	0.672
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
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Сырники из творога	130	18.92	13.92	27.42	388.90	0.104
Сгущенное молоко	30	2.10	2.37	2.85	40.50	0.000
Маффины	80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
Чай черный	170	0.03	0.02	7.14	27.32	0.017
Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0.66	2.50	9.84	63.34	1.840