

МЕНЮ
на 13.03.2024
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Витаминность, г	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32	22.54	167.20	0.780
Хлеб с маслом и сыром	20	1.35	2.59	7.64	61.75	0.000
Какао с молоком	150	3.09	2.97	10.65	81.42	0.975
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты с огурцами	30	0.33	2.02	0.91	23.31	7.551
Суп фасолевый	120	2.27	3.08	6.62	64.18	2.652
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Рыба, запеченная(горбуша) в молочном соусе	50	5.68	5.14	5.83	94.15	0.680
Компот из сухофруктов	140	0.01	0.00	9.95	37.86	0.070
хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	33.00	0.460
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	70	2.10	7.82	7.12	107.33	4.501
Блинчики	100	6.30	6.63	31.53	213.70	0.760
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Чай черный	170	0.03	0.02	7.14	27.32	0.017
Сгущенное молоко	20	1.40	1.58	1.90	27.00	0.000
Хлеб ржаной 2	20	1.32	0.24	6.68	33.00	0.460

МЕНЮ
на 13.03.2024
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Витаминность, г	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	6.10	7.58	27.05	200.65	0.936
Хлеб с маслом и сыром	30	2.02	3.88	11.47	92.62	0.000
Какао с молоком	170	3.50	3.37	12.07	92.28	1.105
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты с огурцами	50	0.56	3.37	1.51	38.85	12.585
Суп фасолевый	160	3.02	4.11	8.83	85.57	3.536
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Рыба, запеченная(горбуша) в молочном соусе	70	7.94	7.19	8.16	131.81	0.952
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	49.50	0.690
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	80	2.40	8.94	8.14	122.66	5.144
Блинчики	100	6.30	6.63	31.53	213.70	0.760
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Чай черный	200	0.04	0.02	8.40	32.14	0.020
Сгущенное молоко	30	2.10	2.37	2.85	40.50	0.000
Хлеб ржаной 2	20	1.32	0.24	6.68	33.00	0.460