

МЕНЮ
на 14.03.2024
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Вит. В12, мкг	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, гречневая каша)	150	3.98	5.18	19.00	138.45	0.990
Батон с маслом	20	0.03	2.90	0.05	26.44	0.000
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
ОБЕД						
Суп картофельный с макаронными изделиями	120	1.26	1.27	8.04	48.73	3.552
Капуста тушеная *	110	2.42	8.68	10.62	131.11	52.921
Рулет из мяса говядины с яйцом (паровой)	50	8.10	10.24	2.24	134.09	0.000
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
Салат из свежих помидор с растительным маслом	30	0.16	3.05	1.16	32.44	12.375
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Запеканка пшеничная с творогом	130	10.06	12.31	33.62	306.50	0.000
Чай с молоком	180	1.35	1.46	9.67	55.93	0.612
Соус молочный сладкий	20	0.52	1.07	3.26	24.54	0.200
Слойка	70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000

МЕНЮ
на 14.03.2024
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Вит. В12, мкг	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, гречневая каша)	180	4.77	6.21	22.81	166.14	1.188
Батон с маслом	30	0.05	4.35	0.08	39.66	0.000
Кофейный напиток с молоком	170	2.72	2.79	11.12	79.63	1.105
ОБЕД						
Суп картофельный с макаронными изделиями	160	1.68	1.70	10.72	64.98	4.736
Капуста тушеная *	130	2.86	10.26	12.54	154.95	62.543
Рулет из мяса говядины с яйцом (паровой)	70	11.34	14.34	3.14	187.72	0.000
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
Салат из свежих помидор с растительным маслом	50	0.28	5.08	1.92	54.07	20.625
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Запеканка пшеничная с творогом	150	11.61	14.20	38.79	353.66	0.000
Чай с молоком	200	1.50	1.62	10.74	62.14	0.680
Соус молочный сладкий	30	0.79	1.60	4.90	36.81	0.300
Слойка	70	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000