

**МЕНЮ**  
на 29.03.2024  
ЯСЛИ.

| Наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |            |        | Витамины С |
|--|-----------------|------------------|---------|------------|--------|------------|
|  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Гливоды, г | Вит. С |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |                 |                  |         |            |        |            |
| Суп молочный с лапшой                    | 150             | 2.78             | 3.20    | 9.86       | 79.54  | 0.780      |
| Хлеб с маслом и сыром                    | 20              | 1.35             | 2.59    | 7.64       | 61.75  | 0.000      |
| Чай с молоком                            | 150             | 1.12             | 1.22    | 8.06       | 46.60  | 0.510      |
| <b>ОБЕД</b>                              |                 |                  |         |            |        |            |
| Салат из свеклы с солеными огурцами      | 30              | 0.50             | 3.02    | 2.03       | 37.26  | 2.220      |
| Рассольник с крупой и сметаной           | 120             | 5.42             | 7.50    | 8.56       | 123.83 | 8.712      |
| Запеканка картофельная, фаршированная    | 130             | 9.39             | 8.75    | 19.46      | 194.30 | 24.310     |
| 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      |
| Соус молочный (для подачи к блюду)       | 20              | 0.40             | 1.06    | 1.37       | 16.71  | 0.136      |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>               |                 |                  |         |            |        |            |
| Биточки или котлеты рисовые,             | 110             | 4.28             | 5.38    | 27.02      | 172.25 | 0.352      |
| Соус молочный сладкий                    | 20              | 0.52             | 1.07    | 3.26       | 24.54  | 0.200      |
| Кофейный напиток с молоком               | 150             | 2.40             | 2.46    | 9.81       | 70.26  | 0.975      |
| Салат из моркови с яблоками и растительн | 90              | 0.90             | 6.00    | 9.00       | 93.00  | 4.788      |
| Вафли                                    | 12              | 0.38             | 0.34    | 9.73       | 41.05  | 0.072      |

**МЕНЮ**  
на 29.03.2024  
ДЕТСКИЙ САД.

| Наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |            |        | Витамины С |
|--|-----------------|------------------|---------|------------|--------|------------|
|  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Гливоды, г | Вит. С |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |                 |                  |         |            |        |            |
| Суп молочный с лапшой                    | 180             | 3.33             | 3.83    | 11.83      | 95.45  | 0.936      |
| Хлеб с маслом и сыром                    | 30              | 2.02             | 3.88    | 11.47      | 92.62  | 0.000      |
| Чай с молоком                            | 170             | 1.27             | 1.38    | 9.13       | 52.82  | 0.578      |
| <b>ОБЕД</b>                              |                 |                  |         |            |        |            |
| Салат из свеклы с солеными огурцами      | 50              | 0.84             | 5.03    | 3.38       | 62.10  | 3.700      |
| Рассольник с крупой и сметаной           | 160             | 7.23             | 10.00   | 11.41      | 165.10 | 11.616     |
| Запеканка картофельная, фаршированная    | 170             | 12.27            | 11.44   | 25.45      | 254.08 | 31.790     |
| 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      |
| Соус молочный (для подачи к блюду)       | 30              | 0.60             | 1.58    | 2.06       | 25.06  | 0.204      |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>               |                 |                  |         |            |        |            |
| Биточки или котлеты рисовые,             | 130             | 5.06             | 6.36    | 31.93      | 203.57 | 0.416      |
| Соус молочный сладкий                    | 30              | 0.79             | 1.60    | 4.90       | 36.81  | 0.300      |
| Кофейный напиток с молоком               | 170             | 2.72             | 2.79    | 11.12      | 79.63  | 1.105      |
| Салат из моркови с яблоками и растительн | 100             | 1.00             | 6.67    | 10.00      | 103.33 | 5.320      |
| Вафли                                    | 24              | 0.77             | 0.67    | 19.46      | 82.10  | 0.144      |