

МЕНЮ
на 13.06.2024
ЯСЛИ.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамины С |
|--------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с м | 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 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Снежок | 100 | 2.80 | 2.50 | 4.20 | 51.00 | 0.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 |
| Суфле из рыбы(минтай) | 50 | 4.75 | 2.37 | 1.98 | 48.12 | 0.230 |
| 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 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2.64 | 0.48 | 13.36 | 66.00 | 0.920 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| Омлет запеченный или паровой | 110 | 11.37 | 12.45 | 2.04 | 165.85 | 0.396 |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2 | 20 | 1.58 | 0.20 | 9.66 | 42.72 | 0.000 |
| Чай черный | 180 | 0.04 | 0.02 | 7.56 | 28.93 | 0.018 |
| Икра кабачковая | 30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.000 |
| Яблоко | 148 | 0.59 | 0.59 | 14.50 | 69.56 | 14.800 |

МЕНЮ
на 13.06.2024
ДЕТСКИЙ САД.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамины С |
|--------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с м | 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 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Снежок | 100 | 2.80 | 2.50 | 4.20 | 51.00 | 0.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 |
| Суфле из рыбы(минтай) | 70 | 6.65 | 3.32 | 2.76 | 67.36 | 0.322 |
| 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 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3.30 | 0.60 | 16.70 | 82.50 | 1.150 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| Омлет запеченный или паровой | 130 | 13.44 | 14.72 | 2.40 | 196.00 | 0.468 |
| 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 |
| Икра кабачковая | 50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.000 |
| Яблоко | 148 | 0.59 | 0.59 | 14.50 | 69.56 | 14.800 |