

МЕНЮ
на 19.06.2024
ЯСЛИ.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|---|-----------------|------------------|---------|------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | Кальций, мг | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом с. | 150 | 3.76 | 5.01 | 20.25 | 141.09 | 0.990 |
| Батон с маслом | 20 | 0.03 | 2.90 | 0.05 | 26.44 | 0.000 |
| Молоко | 100 | 2.90 | 3.20 | 4.70 | 60.00 | 1.300 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Яблоко | 1шт | 0.85 | 0.85 | 20.78 | 99.64 | 21.200 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | 120 | 5.40 | 6.62 | 7.97 | 113.16 | 8.412 |
| Картофельное пюре | 90 | 1.97 | 2.88 | 13.61 | 88.46 | 16.119 |
| Суфле из рыбы(минтай) | 60 | 5.70 | 2.84 | 2.37 | 57.74 | 0.276 |
| 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 |
| Капуста тушеная | 30 | 0.74 | 0.65 | 2.98 | 21.06 | 15.654 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| Суп молочный с крупой | 150 | 2.86 | 3.72 | 10.65 | 87.87 | 0.975 |
| Какао с молоком | 180 | 3.71 | 3.56 | 12.78 | 97.70 | 1.170 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1.58 | 0.20 | 9.66 | 42.72 | 0.000 |
| Ватрушка со сметаной | 50 | 4.47 | 7.30 | 25.95 | 189.36 | 0.400 |

МЕНЮ
на 19.06.2024
ДЕТСКИЙ САД.

| Наименование блюда | Масса порции, г | Пищевая ценность | | | | Витамин С |
|---|-----------------|------------------|---------|------------|-------------|-----------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Гливоды, г | Кальций, мг | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом с. | 180 | 4.52 | 6.01 | 24.30 | 169.31 | 1.188 |
| Батон с маслом | 30 | 0.05 | 4.35 | 0.08 | 39.66 | 0.000 |
| Молоко | 170 | 4.93 | 5.44 | 7.99 | 102.00 | 2.210 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Яблоко | 1шт | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 47.00 | 10.000 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | 160 | 7.20 | 8.83 | 10.62 | 150.88 | 11.216 |
| Картофельное пюре | 100 | 2.19 | 3.20 | 15.12 | 98.29 | 17.910 |
| 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 |
| Капуста тушеная | 40 | 0.99 | 0.86 | 3.98 | 28.08 | 20.872 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| Суп молочный с крупой | 160 | 3.06 | 3.97 | 11.36 | 93.73 | 1.040 |
| Какао с молоком | 200 | 4.12 | 3.96 | 14.20 | 108.56 | 1.300 |
| хлеб пшеничный | 20 | 1.58 | 0.20 | 9.66 | 42.72 | 0.000 |
| Ватрушка со сметаной | 70 | 6.26 | 10.21 | 36.33 | 265.10 | 0.560 |

