

МЕНЮ
на 30.07.2024
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Глеводы, г	Рийность, г	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, гречневая каша)	150	3.98	5.18	19.00	138.45	0.990
Чай с молоком	150	1.12	1.22	8.06	46.60	0.510
Батон с повидлом	20	0.07	0.01	0.72	3.06	0.000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты со сметаной	120	5.22	5.94	4.61	93.25	17.376
Пюре из гороха с маслом	110	12.68	3.51	26.50	188.44	0.000
Тефтели из говядины с рисом	50	6.80	10.06	6.18	142.70	1.520
Напиток из шиповника	140	0.35	0.14	13.87	63.25	105.070
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	30	0.22	3.02	0.70	30.88	2.790
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Картофель в молоке	140	4.96	5.66	21.21	156.60	21.476
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Кофейный напиток с молоком	180	2.88	2.95	11.77	84.31	1.170
Ватрушка со сметаной	50	4.47	7.30	25.95	189.36	0.400

МЕНЮ
на 30.07.2024
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Глеводы, г	Рийность, г	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, гречневая каша)	180	4.77	6.21	22.81	166.14	1.188
Чай с молоком	170	1.27	1.38	9.13	52.82	0.578
Батон с повидлом	30	0.11	0.01	1.08	4.60	0.000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты со сметаной	160	6.96	7.92	6.14	124.34	23.168
Пюре из гороха с маслом	130	14.99	4.15	31.32	222.70	0.000
Тефтели из говядины с рисом	70	9.52	14.08	8.65	199.78	2.128
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84	81.32	135.090
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	50	0.37	5.04	1.16	51.46	4.650
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Картофель в молоке	160	5.66	6.46	24.24	178.98	24.544
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Кофейный напиток с молоком	200	3.20	3.28	13.08	93.68	1.300
Ватрушка со сметаной	70	6.26	10.21	36.33	265.10	0.560