

**МЕНЮ**  
на 16.10.2024  
ЯСЛИ

| Наименование блюда                                       | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |          |           | Витамины С |
|--|-----------------|------------------|---------|----------|-----------|------------|
|  |                 | Белки, г         | Жиры, г | глеводы, | рийность, |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |                 |                  |         |          |           |            |
| Омлет запеченный или паровой                             | 130             | 13.44            | 14.72   | 2.40     | 196.00    | 0.468      |
| Какао с молоком  | 150             | 3.09             | 2.97    | 10.65    | 81.42     | 0.975      |
| Бутерброды с джемом или повидлом (1-й                    | 20              | 0.57             | 1.43    | 10.87    | 58.67     | 0.066      |
| <b>ОБЕД</b>  |                 |                  |         |          |           |            |
| Салат из белокочанной капусты с кукурузо                 | 30              | 0.50             | 2.04    | 3.16     | 32.99     | 9.441      |
| Суп картофельный с клецками                              | 150             | 6.96             | 6.58    | 10.30    | 128.96    | 7.230      |
| Каша перловая рассыпчатая                                | 110             | 3.37             | 4.94    | 23.08    | 153.45    |            |
| Тефтели из печени с рисом                                | 70              | 4.49             | 5.18    | 7.64     | 94.93     | 3.276      |
| Компот из сухофруктов                                    | 150             | 0.02             | 0.00    | 10.66    | 40.56     | 0.075      |
| 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      |
| Соус сметанный с томатом                                 | 20              | 0.69             | 4.25    | 1.27     | 46.06     | 0.290      |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                               |                 |                  |         |          |           |            |
| Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым | 140             | 2.13             | 14.29   | 14.08    | 194.38    | 17.150     |
| Пирожки печеные из дрожжевого теста с г                  | 50              | 2.92             | 2.79    | 16.58    | 104.40    | 0.205      |
| Чай черный   | 150             | 0.03             | 0.02    | 6.30     | 24.10     | 0.015      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2                            | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66     | 42.72     | 0.000      |

**МЕНЮ**  
на 16.10.2024  
ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда                                       | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |          |           | Витамины С |
|--|-----------------|------------------|---------|----------|-----------|------------|
|  |                 | Белки, г         | Жиры, г | глеводы, | рийность, |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |                 |                  |         |          |           |            |
| Омлет запеченный или паровой                             | 150             | 15.51            | 16.98   | 2.78     | 226.16    | 0.540      |
| Какао с молоком  | 180             | 3.71             | 3.56    | 12.78    | 97.70     | 1.170      |
| Бутерброды с джемом или повидлом (1-й                    | 30              | 0.85             | 2.15    | 16.30    | 88.00     | 0.099      |
| <b>ОБЕД</b>  |                 |                  |         |          |           |            |
| Салат из белокочанной капусты с кукурузо                 | 50              | 0.83             | 3.40    | 5.27     | 54.99     | 15.735     |
| Суп картофельный с клецками                              | 180             | 8.35             | 7.90    | 12.37    | 154.75    | 8.676      |
| Каша перловая рассыпчатая                                | 130             | 3.98             | 5.84    | 27.27    | 181.35    |            |
| Тефтели из печени с рисом                                | 100             | 6.42             | 7.40    | 10.91    | 135.62    | 4.680      |
| Компот из сухофруктов                                    | 180             | 0.02             | 0.00    | 12.80    | 48.67     | 0.090      |
| Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)                             | 20              | 1.52             | 0.16    | 9.84     | 46.60     | 0.000      |
| Хлеб ржаной  | 50              | 3.30             | 0.60    | 16.70    | 82.50     | 1.150      |
| Соус сметанный с томатом                                 | 30              | 1.03             | 6.38    | 1.90     | 69.09     | 0.435      |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                               |                 |                  |         |          |           |            |
| Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым | 160             | 2.43             | 16.34   | 16.10    | 222.14    | 19.600     |
| Пирожки печеные из дрожжевого теста с г                  | 70              | 4.10             | 3.91    | 23.21    | 146.16    | 0.287      |
| Чай черный   | 180             | 0.04             | 0.02    | 7.56     | 28.93     | 0.018      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2                            | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66     | 42.72     | 0.000      |

**МЕНЮ**  
на 16.10.2024

## ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда   | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |            |        | Витамины С |
|--|-----------------|------------------|---------|------------|--------|------------|
|  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Гливоды, г | Вит. С |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |                 |                  |         |            |        |            |
| Омлет запеченный или паровой                                   | 150             | 15.51            | 16.98   | 2.78       | 226.16 | 0.540      |
| Какао с молоком  | 180             | 3.71             | 3.56    | 12.78      | 97.70  | 1.170      |
| Бутерброды с джемом или повидлом (1-й)                         | 30              | 0.85             | 2.15    | 16.30      | 88.00  | 0.099      |
| <b>ОБЕД</b>  |                 |                  |         |            |        |            |
| Салат из белокочанной капусты с кукурузой                      | 50              | 0.83             | 3.40    | 5.27       | 54.99  | 15.735     |
| Суп картофельный с клецками                                    | 180             | 8.35             | 7.90    | 12.37      | 154.75 | 8.676      |
| Каша перловая рассыпчатая                                      | 130             | 3.98             | 5.84    | 27.27      | 181.35 |            |
| Тефтели из печени с рисом                                      | 100             | 6.42             | 7.40    | 10.91      | 135.62 | 4.680      |
| Компот из сухофруктов  | 180             | 0.02             | 0.00    | 12.80      | 48.67  | 0.090      |
| Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)                                   | 20              | 1.52             | 0.16    | 9.84       | 46.60  | 0.000      |
| Хлеб ржаной  | 50              | 3.30             | 0.60    | 16.70      | 82.50  | 1.150      |
| Соус сметанный с томатом                                       | 30              | 1.03             | 6.38    | 1.90       | 69.09  | 0.435      |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                                     |                 |                  |         |            |        |            |
| Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком | 160             | 2.43             | 16.34   | 16.10      | 222.14 | 19.600     |
| Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом                 | 70              | 4.10             | 3.91    | 23.21      | 146.16 | 0.287      |
| Чай черный   | 180             | 0.04             | 0.02    | 7.56       | 28.93  | 0.018      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2                                  | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66       | 42.72  | 0.000      |