

**МЕНЮ**  
на 28.11.2024  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Энергетическая ценность, к	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4.77	4.49	25.47	161.10	0.780
Хлеб с маслом и сыром	20	1.35	2.59	7.64	61.75	0.000
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Яблоко	100	0.85	0.85	20.78	99.64	21.200
<b>ОБЕД</b>						
Капуста тушеная *	110	2.42	8.68	10.62	131.11	52.921
Зразы куриные с омлетом и овощами	50	7.09	8.60	4.18	123.46	1.720
Напиток из шиповника	150	0.38	0.15	14.86	67.77	112.575
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
Салат из отварной свеклы с р/ м	30	0.44	2.53	2.60	34.86	2.949
Рассольник с крупой и сметаной	150	6.78	9.38	10.70	154.78	10.890
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>						
Сельдь с луком	30	2.88	6.09	1.14	70.80	0.930
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015

**МЕНЮ**  
на 28.11.2024  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Энергетическая ценность, к	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	5.72	5.38	30.56	193.32	0.936
Хлеб с маслом и сыром	30	2.02	3.88	11.47	92.62	0.000
Кофейный напиток с молоком	180	2.88	2.95	11.77	84.31	1.170
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Яблоко	100	0.85	0.85	20.78	99.64	21.200
<b>ОБЕД</b>						
Капуста тушеная *	130	2.86	10.26	12.54	154.95	62.543
Зразы куриные с омлетом и овощами	70	9.93	12.04	5.85	172.85	2.408
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84	81.32	135.090
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
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	50	0.74	4.21	4.32	58.10	4.915
Рассольник с крупой и сметаной	180	8.14	11.25	12.83	185.74	13.068
<b>Уплотненный полдник</b>						
Сельдь с луком	50	4.80	10.15	1.90	118.00	1.550
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018