

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 | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 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 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Яблоко | 100 | 0.85 | 0.85 | 20.78 | 99.64 | 21.200 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | |
| 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 | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 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 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | | |
| Яблоко | 100 | 0.85 | 0.85 | 20.78 | 99.64 | 21.200 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 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 |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| 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 |