

МЕНЮ
на 04.12.2024
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
ЗАВТРАК						
Омлет запеченный или паровой	110	11.37	12.45	2.04	165.85	0.396
Чай с молоком	150	1.12	1.22	8.06	46.60	0.510
Бутерброды с повидлом и масл.сл.	20	0.57	1.43	10.87	58.67	0.066
ОБЕД						
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Рыба тушеная в томате с овощами	100	12.47	8.11	5.36	148.18	1.200
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Салат из капусты белокочанной и свеклы	30	0.48	2.13	1.77	28.20	6.540
Щи из свежей капусты с крупой со сметаной	150	1.50	4.86	6.10	75.03	18.045
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Каша геркулесовая молочная с маслом слив.	150	5.09	6.32	22.54	167.20	0.780
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
Пряник	43	1.48	1.88	14.62	81.40	0.000

МЕНЮ
на 04.12.2024
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
ЗАВТРАК						
Омлет запеченный или паровой	130	13.44	14.72	2.40	196.00	0.468
Чай с молоком	180	1.35	1.46	9.67	55.93	0.612
Бутерброды с повидлом и масл.сл.	30	0.85	2.15	16.30	88.00	0.099
ОБЕД						
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Рыба тушеная в томате с овощами	120	14.96	9.73	6.43	177.82	1.440
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из капусты белокочанной и свеклы (2-й)	50	0.80	3.55	2.95	47.00	10.900
Щи из свежей капусты с крупой со сметаной	180	1.80	5.83	7.33	90.04	21.654
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливо	180	6.10	7.58	27.05	200.65	0.936
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
Пряник	44	1.48	1.88	14.62	81.40	0.000