

**МЕНЮ**  
на 10.12.2024  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Запеканка из творога с рисом	110	13.92	12.63	21.09	307.95	0.011
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
Соус молочный сладкий	20	0.52	1.07	3.26	24.54	0.200
Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	20	0.57	1.43	10.87	58.67	0.066
<b>ОБЕД</b>						
Салат из отварной свеклы с солеными огурцам	30	0.35	2.45	1.75	30.50	0.714
Суп-лапша на курином бульоне	150	6.34	7.72	9.60	133.40	1.455
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
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
Тефтели рыбные(минтай) в соусе	70	3.49	3.53	5.87	70.05	0.672
<b>ПОЛДНИК</b>						
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)	150	4.59	4.88	23.24	153.04	0.990
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Чай с молоком	150	1.12	1.22	8.06	46.60	0.510
Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью и джем	50	3.24	2.62	23.18	129.92	1.445

**МЕНЮ**  
на 10.12.2024  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Запеканка из творога с рисом	130	16.44	14.92	24.92	363.94	0.013
Кофейный напиток с молоком	180	2.88	2.95	11.77	84.31	1.170
Соус молочный сладкий	30	0.79	1.60	4.90	36.81	0.300
Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	30	0.85	2.15	16.30	88.00	0.099
<b>ОБЕД</b>						
Салат из отварной свеклы с солеными огурцам	50	0.58	4.08	2.92	50.84	1.190
Суп-лапша на курином бульоне	180	7.61	9.27	11.52	160.07	1.746
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Рыба, запеченная(минтай) в молочном соусе	120	7.80	3.49	6.96	90.78	0.816
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
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
<b>ПОЛДНИК</b>						
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)	180	5.51	5.85	27.88	183.65	1.188
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Чай с молоком	180	1.35	1.46	9.67	55.93	0.612
Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью и джем	70	4.54	3.66	32.45	181.89	2.023