

МЕНЮ
на 18.03.2025
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витами
		Белки, г	Жиры, г	Гглеводы, г	рийность, г	С
ЗАВТРАК						
Пудинг из творога	110	13.55	13.13	22.75	316.20	0.011
Бутерброды с джемом или повидлом	20	0.57	1.43	10.87	58.67	0.066
Какао с молоком	150	3.09	2.97	10.65	81.42	0.975
Соус молочный сладкий	20	0.52	1.07	3.26	24.54	0.200
ЗАВТРАК 2						
Кефир	100	2.90	3.20	4.00	59.00	0.700
ОБЕД						
Гренки (сухарики)	20	1.58	0.22	9.12	47.76	0.000
Суп-пюре из картофеля	150	1.95	2.24	9.72	67.36	9.105
Каша рисовая рассыпчатая	110	2.94	3.14	24.26	137.17	0.000
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 белокочанной капусты с морковью	30	0.52	2.03	3.02	32.42	11.499
Тефтели рыбные(минтай) в соусе	70	3.49	3.53	5.87	70.05	0.672
ПОЛДНИК						
Макароны, запеченные с яйцом	110	5.91	10.15	22.63	207.86	0.506
печенье	15	1.11	1.41	10.96	61.05	0.000
Чай с молоком	150	1.12	1.22	8.06	46.60	0.510

МЕНЮ
на 18.03.2025
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витами С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Пудинг из творога	130	16.02	15.52	26.88	373.68	0.013
Бутерброды с джемом или повидлом	30	0.85	2.15	16.30	88.00	0.099
Какао с молоком	180	3.71	3.56	12.78	97.70	1.170
Соус молочный сладкий	30	0.79	1.60	4.90	36.81	0.300
ЗАВТРАК 2						
Кефир	120	3.48	3.84	4.80	70.80	0.840
ОБЕД						
Гренки (сухарики)	40	3.17	0.43	18.24	95.52	0.000
Суп-пюре из картофеля	180	2.34	2.68	11.66	80.84	10.926
Каша рисовая рассыпчатая	130	3.47	3.70	28.66	162.11	0.000
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 белокочанной капусты с морковью	50	0.86	3.38	5.03	54.04	19.165
Рыба, запеченная(минтай) в молочном соусе	100	6.50	2.91	5.80	75.65	0.680
ПОЛДНИК						
Макароны, запеченные с яйцом	130	6.98	12.00	26.74	245.65	0.598
печенье	30	2.22	2.82	21.93	122.10	0.000
Чай с молоком	180	1.35	1.46	9.67	55.93	0.612