

03.04.2024

МЕНЮ

день 8

Утверждено
Заведующий
Е.А. Политыкина



Название блюда и продуктов	Ясли					Сад				
	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-г	ккал	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-г	ккал
Завтрак										
1. Каша гречневая рассыпчатая	120	6,99	4,35	36,00	211,05	130	7,57	4,71	39,00	228,64
2. Кофейный напиток б/м	150	0,00	0,60	1,20	42,22	200	0,00	0,70	15,01	55,69
3. Бутерброд с повидлом	50	2,41	0,30	19,57	89,90	60	3,22	0,40	26,76	115,40
2 Завтрак										
1. Банан	150	2,25	0,60	32,40	140,40	150	2,25	0,60	32,40	140,40
Обед										
1. Салат из свежеты с чернослив	40	0,57	4,03	6,52	64,59	60	0,71	5,03	8,14	80,73
2. Суп картофельный с горохом	150	1,41	2,34	8,17	59,28	200	1,87	3,11	10,89	79,03
3. Котлета рубленая из птицы	60/25	9,43	10,66	6,42	159,32	70/30	11,02	12,45	7,52	186,09
4. Макароны отварные	120	3,06	4,09	21,00	132,38	130	3,22	3,66	23	143
5. Напиток из шиповника	150	0,51	0,00	15,76	79,30	200	0,68	0,00	21,01	102,04
6. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	50	25	1,78	0,70	12,30	60,00
7. Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	10,83	49,50	35	1,96	0,39	15,16	69,30
Полдник										
1. Булочка дорожная	45	3,92	6,73	21,64	165,92	60	5,23	8,97	28,85	221,23
2. Чай с сахаром	150	0,09	0,00	9,03	36,48	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Ужин										
1. Жаркое по домашнему	170	20,19	22,85	10,83	329,19	220	21,54	24,37	11,55	351,14
2. Чай с лимоном	150	0,06	0,01	11,49	30,32	200	0,07	0,01	15,31	40,42
3. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	50	25	1,78	0,70	12,30	60,00
ИТОГО	1510	55,25	58,00	231,42	1689,85	1935,00	63,02	65,80	254,41	1981,75