

19.04.2024

Утверждаю:  
Заведующий  
Е.А. Политыкина



# МЕНЮ

день 20

Название блюд и продуктов	Ясли				Сад				
	Выход	Белки	Жиры	Угле-	Выход	Белки	Жиры	Угле-	ккал
	г	г	г	г	г	г	г	г	г
1. Каша манная б/м	150	2,93	3,03	21,59	204	4,46	4,68	30,19	166,06
2. Кофейный напиток б/м	150	0,15	0,40	12,07	200	0,20	0,75	16,17	61,49
3. Батон с повидлом 2 Завтрак	50	2,41	0,30	19,57	60	3,22	0,40	26,76	115,40
1. Сок	150	0,75	0,00	15,15	150	0,75	0,00	15,15	64,00
<b>Обед</b>									
1. Салат из свеклы с изюмом	40	0,57	4,03	6,52	60	0,71	5,03	8,14	80,73
2. Щи из капусты с картофелем	150	0,82	3,77	5,56	200	1,09	5,02	7,41	79,36
3. Плов с мясом	160	11,50	12,78	28,32	200	14,37	15,98	35,40	344,00
4. Компот из с/ф	150	0,42	0	20,92	200	0,56	0,00	27,89	76,30
5. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	25	1,78	0,70	12,30	60,00
6. Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	10,83	35	1,96	0,39	15,16	69,30
<b>Полдник</b>									
1. Печенье	30	1,88	2,95	18,73	40	3,00	4,72	29,96	166,83
2. Чай с сахаром	150	0,09	0,00	9,03	200	0,12	0,00	12,04	48,64
<b>Ужин</b>									
1. Птица тушенная в соусе томатн	60	6,43	8,4	2,27	70	7,50	9,80	2,65	110,25
2. Каша перловая рассыпчатая	120	6,99	4,35	36,01	130	7,57	4,71	39,00	228,64
3. Чай с сахаром	150	0,09	0,00	9,03	200	0,12	0,00	12,04	48,64
4. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	25,00	1,78	0,70	12,30	60,00
<b>ИТОГО</b>	1475	39,39	41,45	236,16	1789	49,19	52,88	284,49	1779,64