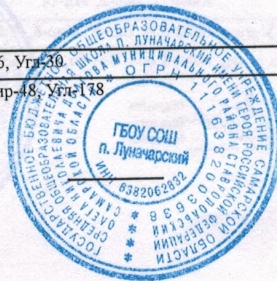


## Меню на 05.08.2022 год Ясли (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<b>Каша пшеничная молочная (150гр)</b>	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-19
31	<b>Батон с сыром (25/6гр)</b>	Ккал-88, Бел-4, Жир-2, Угл-13
150	<b>Какао на молоке (150гр)</b>	Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-358, Бел-15, Жир-14, Угл-44
<u>Завтрак 2</u>		
100	<b>Сок фруктовый (100гр)</b>	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<u>Обед</u>		
150	<b>Суп гороховый на курином бульоне (150гр)</b>	Ккал-129, Бел-6, Жир-4, Угл-15
70	<b>Гуляш из курицы (70гр)- ясли</b>	Ккал-138, Бел-8, Жир-10, Угл-4
80	<b>Каша гречневая рассыпчатая (80гр)</b>	Ккал-107, Бел-4, Жир-2, Угл-17
35	<b>Овощной салат (35гр)</b>	Ккал-42, Жир-4, Угл-1
25	<b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный (24гр)</b>	Ккал-50, Бел-1, Угл-11
150	<b>Компот из быстрозамороженных ягод (150гр)</b>	Ккал-30, Угл-7
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-555, Бел-21, Жир-20, Угл-67
<u>Полдник</u>		
30	<b>Печенье (30гр)</b>	Ккал-120, Бел-2, Жир-6, Угл-20
150	<b>Чай сладкий с молоком (150гр)</b>	Ккал-50, Бел-2, Жир-2, Угл-7
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-170, Бел-4, Жир-8, Угл-27
<u>Ужин</u>		
150	<b>Капуста тушеная (150гр)</b>	Ккал-108, Бел-5, Жир-6, Угл-13
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
25	<b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-187, Бел-7, Жир-6, Угл-30
<b>Итого за день</b>		Ккал-1316, Бел-48, Жир-48, Угл-138

Старший  
воспитательУютова Светлана  
Николаевна  
Ответственный  
за питаниеМаркина  
Вioletta  
Игоревна

## Меню на 05.08.2022 год Сад (Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
180	<b>Каша пшеничная молочная (180гр)</b>	Ккал-197, Бел-7, Жир-8, Угл-23
33	<b>Батон с сыром (25/8гр)</b>	Ккал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13
180	<b>Какао на молоке (180гр)</b>	Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-423, Бел-16, Жир-17, Угл-50
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	<b>Сок фруктовый (100гр)</b>	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b><u>Обед</u></b>		
180	<b>Суп гороховый на курином бульоне (180гр)</b>	Ккал-166, Бел-8, Жир-7, Угл-17
80	<b>Гуляш из курицы (80гр)- сад</b>	Ккал-157, Бел-9, Жир-11, Угл-5
100	<b>Каша гречневая рассыпчатая (100гр)</b>	Ккал-137, Бел-4, Жир-3, Угл-22
45	<b>Овощной салат (45гр)</b>	Ккал-53, Жир-5, Угл-2
30	<b>Хлеб пшеничный (30гр)</b>	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
28	<b>Хлеб ржано-пшеничный (28гр)</b>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	<b>Компот из сухофруктов (180гр)</b>	Ккал-57, Угл-15
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-700, Бел-25, Жир-26, Угл-87
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Печенье (50гр)</b>	Ккал-200, Бел-4, Жир-10, Угл-34
180	<b>Чай сладкий с молоком (180гр)</b>	Ккал-60, Бел-2, Жир-2, Угл-9
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-260, Бел-6, Жир-12, Угл-43
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Капуста тушеная (200гр)</b>	Ккал-144, Бел-6, Жир-8, Угл-17
180	<b>Чай сладкий (180гр)</b>	Ккал-24, Угл-6
30	<b>Хлеб пшеничный (30гр)</b>	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-239, Бел-8, Жир-8, Угл-37
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 668, Бел-56, Жир-63, Угл-227

Старший  
воспитатель



Уйтова Светлана Ответственный  
Николаевна за питание



Маркина  
Вioletта  
Игоревна

