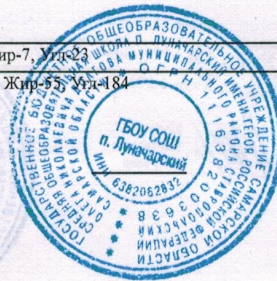


**Меню на 24.08.2022 год Ясли (Ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
150	<b>Каша манная молочная (150гр)</b>	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-19
31	<b>Батон с маслом (30гр)</b>	Ккал-108, Бел-2, Жир-5, Угл-13
150	<b>Кофейный напиток на молоке (150гр)</b>	Ккал-109, Бел-4, Жир-5, Угл-12
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-378, Бел-12, Жир-17, Угл-44
<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>		
150	<b>Щи рыбные со сметаной (150гр)</b>	Ккал-76, Бел-4, Жир-4, Угл-7
140	<b>Рыбные тефтели (60гр)</b>	Ккал-247, Бел-20, Жир-13, Угл-15
80	<b>каша гороховая рассыпчатая (80гр)</b>	Ккал-123, Бел-7, Жир-3, Угл-15
25	<b>Соус томатный (25гр)</b>	Ккал-31, Бел-1, Жир-1, Угл-5
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 сухофруктов (150гр)</b>	Ккал-46, Угл-12
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-632, Бел-35, Жир-21, Угл-77
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Ватрушка с творогом (70гр)</b>	Ккал-176, Бел-7, Жир-6, Угл-23
150	<b>Ряженка (150гр)</b>	Ккал-79, Бел-5, Жир-4, Угл-7
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-255, Бел-12, Жир-10, Угл-30
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Суп молочный с макаронными изделиями (150гр)</b>	Ккал-161, Бел-5, Жир-7, Угл-18
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-181, Бел-5, Жир-7, Угл-23
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 492, Бел-65, Жир-55, Угл-184

Старший  
воспитательУйтова Светлана Николаевна  
Ответственный  
за питание  
Маркина  
Виолетта  
Игоревна

## Меню на 24.08.2022 год Сад (Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
180	Каша манная молочная (180гр)	Ккал-197, Бел-7, Жир-8, Угл-24
33	Батон с маслом (35гр)	Ккал-107, Бел-2, Жир-4, Угл-15
180	Кофейный напиток на молоке (180гр)	Ккал-125, Бел-5, Жир-5, Угл-15
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-429, Бел-14, Жир-17, Угл-54
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b><u>Обед</u></b>		
180	Щи рыбные со сметаной (180гр)	Ккал-89, Бел-5, Жир-5, Угл-8
80	Рыбные тефтели (80гр)	Ккал-143, Бел-11, Жир-8, Угл-9
100	каша гороховая рассыпчатая (100р)	Ккал-155, Бел-8, Жир-4, Угл-18
35	Соус томатный (35гр)	Ккал-44, Бел-1, Жир-1, Угл-7
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
28	Хлеб ржано-пшеничный (28гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	Компот из сухофруктов (180гр)	Ккал-57, Угл-15
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-618, Бел-29, Жир-18, Угл-83
<b><u>Полдник</u></b>		
90	Ватрушка с творогом (90гр)	Ккал-235, Бел-9, Жир-8, Угл-32
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-259, Бел-9, Жир-8, Угл-38
<b><u>Ужин</u></b>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями (180гр)	Ккал-197, Бел-6, Жир-9, Угл-23
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-221, Бел-6, Жир-9, Угл-29
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 573, Бел-59, Жир-52, Угл-216

Старший  
воспитатель

Уюгова Светлана  
НиколаевнаОтветственный  
за питание

Маркина  
Вioletта  
Игоревна