

## Меню на 25.05.2022 год Сад (Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
35/6	<b>Батон с маслом (41гр)</b>	Ккал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-19
180	<b>Какао на молоке (180гр)</b>	Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-265, Бел-8, Жир-11, Угл-33
<u>Завтрак</u>		
180	<b>Каша рисовая молочная (180гр)</b>	Ккал-206, Бел-6, Жир-9, Угл-24
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-206, Бел-6, Жир-9, Угл-24
<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>		
180	<b>Щи рыбные со сметаной (180гр)</b>	Ккал-89, Бел-5, Жир-5, Угл-8
120	<b>Картофельное пюре (120гр)</b>	Ккал-115, Бел-3, Жир-4, Угл-17
70	<b>Котлета рыбная Любительская (70гр)</b>	Ккал-93, Бел-11, Жир-3, Угл-6
40	<b>Салат из вареной свеклы с луком (40гр)</b>	Ккал-53, Бел-1, Жир-4, Угл-4
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-537, Бел-24, Жир-16, Угл-76
<u>Полдник</u>		
51	<b>Гренки (51гр)</b>	Ккал-115, Бел-4, Жир-6, Угл-13
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-135, Бел-4, Жир-6, Угл-18
<u>Ужин</u>		
200	<b>Запеканка из круп пшеничная (200гр)</b>	Ккал-293, Бел-11, Жир-10, Угл-41
30	<b>Молоко сгущенное (40гр)</b>	Ккал-96, Бел-2, Жир-3, Угл-17
180	<b>Чай сладкий (180гр)</b>	Ккал-24, Угл-6
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-413, Бел-13, Жир-13, Угл-64
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 602, Бел-56, Жир-55, Угл-225

Старший  
воспитатель

Ушова Светлана  
НиколаевнаОтветственный  
за питание

Маркина  
Викторья  
Игоревна

## Меню на 25.05.2022 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 рисовая молочная (150гр)</b>	Ккал-169, Бел-5, Жир-7, Угл-20
30	<b>Батон с маслом (30гр)</b>	Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13
150	<b>Какао на молоке (150гр)</b>	Ккал-110, Бел-5, Жир-5, Угл-12
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-383, Бел-12, Жир-17, Угл-45
<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
100	<b>Картофельное пюре (100гр)</b>	Ккал-93, Бел-2, Жир-3, Угл-14
50	<b>Котлета рыбная Любительская (50гр)</b>	Ккал-65, Бел-8, Жир-2, Угл-4
20	<b>Салат из вареной свеклы с луком (20гр)</b>	Ккал-27, Жир-2, Угл-2
20	<b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный (24гр)</b>	Ккал-61, Бел-2, Угл-13
150	<b>Компот из сухофруктов (150гр)</b>	Ккал-46, Угл-12
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-415, Бел-18, Жир-11, Угл-62
<b><u>Полдник</u></b>		
51	<b>Гренки (37гр)</b>	Ккал-116, Бел-4, Жир-6, Угл-13
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-136, Бел-4, Жир-6, Угл-18
<b><u>Ужин</u></b>		
170	<b>Запеканка из круп пшеничная (170гр)</b>	Ккал-245, Бел-9, Жир-8, Угл-34
30	<b>Молоко сгущенное (30гр)</b>	Ккал-96, Бел-2, Жир-3, Угл-17
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-361, Бел-11, Жир-11, Угл-56
<b>Итого за день</b>		Ккал-1341, Бел-46, Жир-45, Угл-191

Старший  
воспитатель

Учредитель  
НиколаеваОтветственный  
за питание

Маркина  
Виктория  
Игоревна