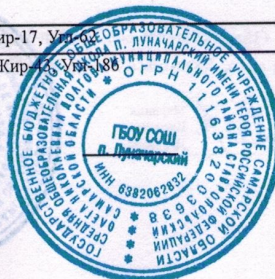


## Меню на 25.07.2022 год Ясли (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
150	<b>Каша 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>Кофейный напиток на молоке (150гр)</b>	Ккал-109, Бел-4, Жир-5, Угл-12
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-358, Бел-14, Жир-14, Угл-44
<b><u>Ужин</u></b>		
100	<b>Макароны отварные с маслом (100гр)</b>	Ккал-130, Бел-3, Жир-3, Угл-23
24	<b>Яйцо вареное- (24гр)</b>	Ккал-38, Бел-3, Жир-3, Угл-2
25	<b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-247, Бел-8, Жир-6, Угл-42
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Ватрушка с творогом (70гр)</b>	Ккал-176, Бел-7, Жир-6, Угл-23
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-196, Бел-7, Жир-6, Угл-28
<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>Суп гороховый на мясо-костном бульоне (150гр)</b>	Ккал-133, Бел-8, Жир-5, Угл-12
150	<b>Плов с мясом (150гр)</b>	Ккал-186, Бел-7, Жир-8, Угл-19
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-500, Бел-18, Жир-17, Угл-58
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 347, Бел-48, Жир-37, Угл-138

Старший воспитатель


Уютова Светлана Николаевна  
Ответственный за питание

Маркина  
Виолетта  
Игоревна

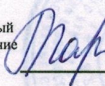
## Меню на 25.07.2022 год Сад (Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Каша пшеничная молочная (180гр)	Ккал-197, Бел-7, Жир-8, Угл-23
33	Батон с сыром (25/8гр)	Ккал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13
180	Кофейный напиток на молоке (180гр)	Ккал-125, Бел-5, Жир-5, Угл-15
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-417, Бел-16, Жир-16, Угл-51
<u>Ужин</u>		
120	Макароны отварные с маслом (120гр)	Ккал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27
35	Яйцо вареное- (35гр)	Ккал-56, Бел-5, Жир-4, Угл-4
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-296, Бел-11, Жир-7, Угл-49
<u>Полдник</u>		
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
<u>Завтрак 2</u>		
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<u>Обед</u>		
180	Суп гороховый на мясо-костном бульоне (180гр)	Ккал-144, Бел-9, Жир-5, Угл-13
200	Плов с мясом (200гр)	Ккал-248, Бел-10, Жир-11, Угл-25
45	Овощной салат (45гр)	Ккал-53, Жир-5, Угл-2
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
28	Хлеб ржано-пшеничный (28гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	Компот из быстрозамороженных ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-609, Бел-23, Жир-24, Угл-67
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 627, Бел-60, Жир-38, Угл-227

Старший  
воспитатель



Уютова Светлана Ответственный  
Николаевна за питание



Маркина  
Вioletta  
Игоревна

