

## Меню на 25.08.2022 год Ясли (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
120	<b>Запеканка творожная (120гр)</b>	Ккал-211, Бел-18, Жир-10, Угл-13
30	<b>Молоко сгущенное (30гр)</b>	Ккал-96, Бел-2, Жир-3, Угл-17
30	<b>Батон с сыром (25/6гр)</b>	Ккал-85, Бел-3, 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-501, Бел-28, Жир-20, Угл-55
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	<b>банан (100гр)</b>	Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21
<b><u>Обед</u></b>		
150	<b>Суп с клецками на курином бульоне (150гр)</b>	Ккал-151, Бел-7, Жир-7, Угл-17
140	<b>Картофель тушеный с курицей (140гр)</b>	Ккал-217, Бел-13, Жир-13, Угл-13
25	<b>Огурец соленый (25гр)</b>	Ккал-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 смеси ягод (150гр)</b>	Ккал-29, Угл-7
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-507, Бел-23, Жир-20, Угл-60
<b><u>Полдник</u></b>		
30	<b>Пряник (30гр)</b>	Ккал-105, Бел-1, Жир-1, Угл-23
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-125, Бел-1, Жир-1, Угл-28
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Суп куриный (150гр)</b>	Ккал-146, Бел-9, Жир-8, Угл-10
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-225, Бел-11, Жир-8, Угл-27
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 468, Бел-65, Жир-50, Угл-191

Старший  
воспитатель



Уютова Светлана Ответственный  
Николаевна за питание



Маркина  
Вioletта  
Игоревна



## Меню на 25.08.2022 год Сад (Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Запеканка творожная (150гр)	Ккал-264, Бел-22, Жир-13, Угл-17
40	Молоко сгущенное (40гр)	Ккал-128, Бел-2, Жир-3, Угл-22
35	Батон с маслом (35гр)	Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16
180	Какао на молоке (180гр)	Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-637, Бел-31, Жир-26, Угл-69
<u>Завтрак 2</u>		
100	банан (100гр)	Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21
<u>Обед</u>		
180	Суп с клецками на курином бульоне (180гр)	Ккал-167, Бел-8, Жир-8, Угл-18
190	Картофель тушеный с курицей (160гр)	Ккал-301, Бел-18, Жир-18, Угл-17
40	Огурец соленый (40гр)	Ккал-5, Угл-1
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
28	Хлеб ржано-пшеничный (28гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-637, Бел-30, Жир-26, Угл-70
<u>Полдник</u>		
50	Пряник (50гр)	Ккал-175, Бел-2, Жир-1, Угл-39
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-199, Бел-2, Жир-1, Угл-45
<u>Ужин</u>		
180	Суп куриный (180гр)	Ккал-189, Бел-10, Жир-11, Угл-13
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-272, Бел-12, Жир-13, Угл-31
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 855, Бел-77, Жир-62, Угл-236

Старший  
воспитатель



Устугова Светлана Ответственный  
Николаевна за питание



Маркина  
Вioletта  
Игоревна

