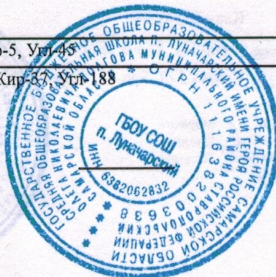


Меню на 26.08.2022 год Ясли (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<i>Каша ячневая молочная (150гр)</i>	Ккал-155, Бел-5, Жир-7, Угл-18
33	<i>Батон с сыром (25/6гр)</i>	Ккал-93, Бел-4, Жир-2, Угл-14
150	<i>Кофейный напиток на молоке (150гр)</i>	Ккал-109, Бел-4, Жир-5, Угл-12
Итого за Завтрак		Ккал-357, Бел-13, Жир-14, Угл-44
<u>Завтрак 2</u>		
100	<i>Сок фруктовый (100гр)</i>	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<u>Обед</u>		
150	<i>Суп гороховый на курином бульоне (150гр)</i>	Ккал-129, Бел-6, Жир-4, Угл-15
60	<i>Бефстроганов из печени (60гр)</i>	Ккал-78, Бел-4, Жир-5, Угл-5
100	<i>Каша рисовая рассыпчатая (100гр)</i>	Ккал-125, Бел-2, Жир-3, Угл-23
35	<i>Салат овощной (35гр)</i>	Ккал-35, Бел-1, Жир-3, Угл-2
25	<i>Хлеб пшеничный (25гр)</i>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
24	<i>Хлеб ржано-пшеничный (24гр)</i>	Ккал-50, Бел-1, Угл-11
150	<i>Компот из смеси ягод (150гр)</i>	Ккал-29, Угл-7
Итого за Обед		Ккал-505, Бел-16, Жир-15, Угл-75
<u>Полдник</u>		
30	<i>Гренки (39гр)</i>	Ккал-71, Бел-2, Жир-3, Угл-9
150	<i>Чай сладкий (150гр)</i>	Ккал-20, Угл-5
Итого за Полдник		Ккал-91, Бел-2, Жир-3, Угл-14
<u>Ужин</u>		
120	<i>Плов овощной (150гр)</i>	Ккал-173, Бел-3, Жир-5, Угл-28
25	<i>Хлеб пшеничный (25гр)</i>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
150	<i>Чай сладкий (150гр)</i>	Ккал-20, Угл-5
Итого за Ужин		Ккал-252, Бел-5, Жир-5, Угл-45
Итого за день		Ккал-1 251, Бел-37, Жир-37, Угл-188

Старший
воспитательУйтова Светлана
Николаевна Ответственный
за питаниеМаркина
Виолетта
Игоревна

Меню на 26.08.2022 год Сад (Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Каша ячневая молочная (180гр)	Ккал-191, Бел-6, Жир-8, Угл-22
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
Итого за Завтрак		Ккал-411, Бел-15, Жир-16, Угл-50
<u>Завтрак 2</u>		
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<u>Обед</u>		
180	Суп гороховый на курином бульоне (180гр)	Ккал-166, Бел-8, Жир-7, Угл-17
80	Бефстроганов из печени (80гр)	Ккал-102, Бел-5, Жир-6, Угл-7
120	Каша рисовая рассыпчатая (120гр)	Ккал-152, Бел-3, Жир-3, Угл-27
45	Салат овощной (45гр)	Ккал-46, Бел-1, Жир-4, Угл-3
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
Итого за Обед		Ккал-630, Бел-21, Жир-20, Угл-88
<u>Полдник</u>		
54	Гренки (54гр)	Ккал-127, Бел-4, Жир-6, Угл-16
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
Итого за Полдник		Ккал-151, Бел-4, Жир-6, Угл-22
<u>Ужин</u>		
180	Плов овощной (180гр)	Ккал-258, Бел-4, Жир-8, Угл-42
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
Итого за Ужин		Ккал-341, Бел-6, Жир-8, Угл-60
Итого за день		Ккал-1 579, Бел-47, Жир-50, Угл-240

Старший
воспитательУютова Светлана
Николаевна
Ответственный
за питаниеМарина
Вioletta
Игоревна