

## Меню на 02.08.2022 год Ясли (Ясли)

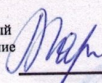
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
150	<b>Каша манная молочная (150гр)</b>	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-19
30	<b>Батон с маслом (30гр)</b>	Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13
150	<b>Кофейный напиток на молоке (150гр)</b>	Ккал-109, Бел-4, Жир-5, Угл-12
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-374, 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>Рассольник на м/к бульоне со сметаной (150гр)</b>	Ккал-122, Бел-6, Жир-5, Угл-12
150	<b>Рыба под овощами (150гр)</b>	Ккал-86, Бел-16, Жир-1, Угл-3
100	<b>Каша рисовая рассыпчатая (100гр)</b>	Ккал-125, Бел-2, Жир-3, Угл-23
35	<b>Салат овощной (35гр)</b>	Ккал-35, Бел-1, Жир-3, Угл-2
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-523, Бел-28, Жир-12, Угл-75
<b><u>Полдник</u></b>		
48	<b>Батон с кабачковой икрой (48гр)</b>	Ккал-102, Бел-3, Жир-2, Угл-19
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-20, Угл-5
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-122, Бел-3, Жир-2, Угл-24
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 065, Бел-44, Жир-31, Угл-163

Старший  
воспитатель

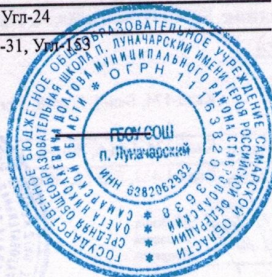


Уйтова Светлана  
Николаевна

Ответственный  
за питание



Маркина  
Виолетта  
Игоревна



# Меню на 02.08.2022 год Сад (Сад)

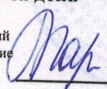
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
180	Каша манная молочная (180гр)	Ккал-197, Бел-7, Жир-8, Угл-24
35	Батон с маслом (35гр)	Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16
180	Кофейный напиток на молоке (180гр)	Ккал-125, Бел-5, Жир-5, Угл-15
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-436, Бел-14, Жир-17, Угл-55
<b>Завтрак 2</b>		
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Обед</b>		
180	Рассольник на м/к бульоне со сметаной (180гр)	Ккал-142, Бел-7, Жир-6, Угл-14
170	Рыба под овощами (170гр)	Ккал-97, Бел-19, Жир-1, Угл-4
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
26	Хлеб пшеничный (26гр)	Ккал-87, Бел-3, Угл-18
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-640, Бел-35, Жир-14, Угл-93
<b>Полдник</b>		
54	Батон с кабачковой икрой (54гр)	Ккал-113, Бел-4, Жир-2, Угл-20
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-137, Бел-4, Жир-2, Угл-26
<b>Ужин</b>		
180	Каша гречневая с молоком (180гр)	Ккал-174, Бел-6, Жир-8, Угл-20
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-174, Бел-6, Жир-8, Угл-20
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 433, Бел-60, Жир-44, Угл-204

Старший воспитатель



Устова Светлана Ответственный за питание

Николаевна


Маркина  
Вioletта  
Игоревна