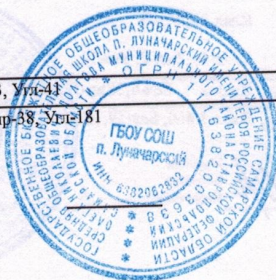


Меню на 08.08.2022 год Ясли (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша пшеничная молочная (150гр)	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-18
31	Батон с сыром (25/6гр)	Ккал-88, Бел-4, Жир-2, Угл-13
150	Кофейный напиток на молоке (150гр)	Ккал-109, Бел-4, Жир-5, Угл-12
Итого за Завтрак		Ккал-358, Бел-14, Жир-14, Угл-43
<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>		
150	Суп картофельный с бобовыми на мясо-костном бульоне (150гр)	Ккал-132, Бел-7, Жир-5, Угл-12
170	Голубцы ленивые мясные (170гр)	Ккал-205, Бел-17, Жир-7, Угл-17
35	Салат овощной (35гр)	Ккал-35, Бел-1, Жир-3, Угл-2
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
24	Хлеб ржано-пшеничный (24гр)	Ккал-50, Бел-1, Угл-11
150	Компот из сухофруктов (150гр)	Ккал-46, Угл-12
Итого за Обед		Ккал-527, Бел-28, Жир-15, Угл-66
<u>Полдник</u>		
54	Гренки (54гр)	Ккал-127, Бел-4, Жир-6, Угл-16
150	Чай сладкий (150гр)	Ккал-20, Угл-5
Итого за Полдник		Ккал-147, Бел-4, Жир-6, Угл-21
<u>Ужин</u>		
188	Картофель в сметане 188гр	Ккал-134, Бел-3, Жир-3, Угл-24
150	Чай сладкий (150гр)	Ккал-20, Угл-5
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
Итого за Ужин		Ккал-213, Бел-5, Жир-3, Угл-41
Итого за день		Ккал-1 291, Бел-52, Жир-38, Угл-181

Старший воспитатель


Уютова Светлана Николаевна
Ответственный за питание

Маркина
Вioletта Игоревна

Меню на 08.08.2022 год Сад (Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Каша пшеничная молочная (180гр)	Ккал-196, Бел-7, Жир-9, 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-416, Бел-16, Жир-17, 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 картофельный с бобовыми на мясо-костном бульоне (180гр)	Ккал-153, Бел-8, Жир-5, Угл-15
200	Голубцы ленивые мясные (200гр)	Ккал-239, Бел-20, Жир-9, Угл-20
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 сухофруктов (180гр)	Ккал-57, Угл-15
Итого за Обед		Ккал-625, Бел-33, Жир-18, Угл-79
<u>Полдник</u>		
76	Гренки (76гр)	Ккал-84, Бел-3, Жир-4, Угл-10
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
Итого за Полдник		Ккал-108, Бел-3, Жир-4, Угл-16
<u>Ужин</u>		
191	Картофель в сметане 191гр	Ккал-188, Бел-4, Жир-7, Угл-28
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-24, Угл-6
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
Итого за Ужин		Ккал-271, Бел-6, Жир-7, Угл-46
Итого за день		Ккал-1 466, Бел-59, Жир-46, Угл-201

Старший
воспитательУстогова Светлана Ответственный
Николаевна за питаниеМаркина
Вioletта
Игоревна