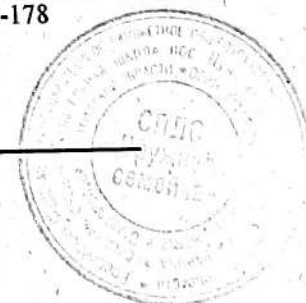


**Меню на 12.09.2023 год Ясли**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
150	<b>Каша Дружба'молочная (150гр)</b>	Ккал-168, Бел-5, Жир-7, Угл-20
35	<b>Батон с маслом (35гр)</b>	Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16
150	<b>Кофейный напиток на молоке (150гр)</b>	Ккал-114, Бел-5, Жир-5, Угл-13
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-396, Бел-12, Жир-16, Угл-49
<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
170	<b>Бигос с курицей (170гр)</b>	Ккал-197, Бел-15, Жир-13, Угл-9
25	<b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный (25гр)</b>	Ккал-53, Бел-1, Угл-11
150	<b>Компот из смеси ягод (150гр)</b>	Ккал-29, Угл-7
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-471, Бел-26, Жир-18, Угл-51
<b><u>Полдник</u></b>		
30	<b>Пряник (30гр)</b>	Ккал-105, Бел-1, Жир-1, Угл-23
150	<b>Кисель (150гр)</b>	Ккал-69, Угл-17
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-174, Бел-1, Жир-1, Угл-40
<b><u>Ужин</u></b>		
110	<b>Омлет (110гр)</b>	Ккал-144, Бел-9, Жир-11, Угл-8
35	<b>Икра кабачковая (35гр)</b>	Ккал-32, Бел-2, Жир-2, Угл-2
25	<b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
150	<b>Чай сладкий (150гр)</b>	Ккал-24, Угл-6
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-259, Бел-13, Жир-13, Угл-28
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 346, Бел-53, Жир-48, Угл-178

Старший  
воспитательУютова Светлана  
Николаевна Ответственный  
за питаниеМаркина  
Виолетта  
Игоревна

## Меню на 12.09.2023 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	<b>Каша Дружба Молочная (180гр)</b>	Ккал-207, Бел-6, Жир-9, Угл-25
40	<b>Батон с маслом (40гр)</b>	Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13
180	<b>Кофейный напиток на молоке (180гр)</b>	Ккал-135, Бел-5, Жир-6, Угл-16
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-446, Бел-13, Жир-20, Угл-54
<u>Завтрак 2</u>		
100	<b>Сок фруктовый (100гр)</b>	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<u>Обед</u>		
180	<b>Суп гороховый на мясо-костном бульоне (180гр)</b>	Ккал-144, Бел-9, Жир-5, Угл-13
200	<b>Бигос с курицей (200гр)</b>	Ккал-251, Бел-19, Жир-17, Угл-10
30	<b>Хлеб пшеничный (30гр)</b>	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный (30гр)</b>	Ккал-63, Бел-2, Угл-13
180	<b>Компот из смеси ягод (180гр)</b>	Ккал-34, Угл-8
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-563, Бел-32, Жир-22, Угл-58
<u>Полдник</u>		
50	<b>Пряник (50гр)</b>	Ккал-175, Бел-2, Жир-1, Угл-39
200	<b>Кисель (200гр)</b>	Ккал-94, Угл-23
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-269, Бел-2, Жир-1, Угл-62
<u>Ужин</u>		
125	<b>Омлет (125гр)</b>	Ккал-173, Бел-12, Жир-13, Угл-10
40	<b>Икра кабачковая (40гр)</b>	Ккал-36, Бел-2, Жир-3, Угл-3
30	<b>Хлеб пшеничный (30гр)</b>	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
180	<b>Чай сладкий (180гр)</b>	Ккал-29, Угл-7
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-309, Бел-16, Жир-16, Угл-34
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 633, Бел-64, Жир-59, Угл-218

Старший  
воспитатель

Уютова Светлана Ответственный  
Николаевна за питание

*Мар*

Маркина  
Вioletта  
Игоревна

