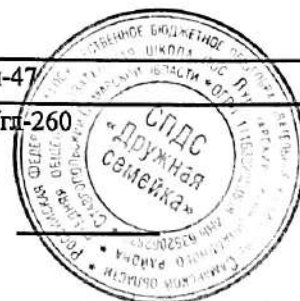


Меню на 15.05.2023 год Сад

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|---|--|
| <u>Завтрак</u> | | |
| 180 | Суп молочный с макаронными изделиями (180гр) | Ккал-197, Бел-6, Жир-9, Угл-23 |
| 40 | Батон с сыром и маслом 40 гр. | Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16 |
| 180 | Кофейный напиток на молоке (180гр) | Ккал-125, Бел-5, Жир-5, Угл-15 |
| Итого за Завтрак | | Ккал-447, Бел-15, Жир-19, Угл-54 |
| <u>Завтрак 2</u> | | |
| 100 | груша (100гр) | Ккал-42, Угл-11 |
| Итого за Завтрак 2 | | Ккал-42, Угл-11 |
| <u>Обед</u> | | |
| 180 | Суп гороховый на курином бульоне (180гр) | Ккал-166, Бел-8, Жир-7, Угл-17 |
| 70 | Биточки куриные (70гр) | Ккал-167, Бел-9, Жир-13, Угл-5 |
| 100 | Каша перловая рассыпчатая (100гр) | Ккал-158, Бел-4, Жир-3, Угл-27 |
| 35 | Соус томатный (35гр) | Ккал-44, Бел-1, Жир-1, Угл-7 |
| 30 | Хлеб пшеничный (30гр) | Ккал-71, Бел-2, Угл-14 |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный (30гр) | Ккал-63, Бел-2, Угл-13 |
| 180 | Компот из смеси ягод (180гр) | Ккал-34, Угл-8 |
| Итого за Обед | | Ккал-703, Бел-26, Жир-24, Угл-91 |
| <u>Полдник</u> | | |
| 50 | Вафли (50гр) | Ккал-265, Бел-2, Жир-14, Угл-34 |
| 200 | Кисель (200гр) | Ккал-94, Угл-23 |
| Итого за Полдник | | Ккал-359, Бел-2, Жир-14, Угл-57 |
| <u>Ужин</u> | | |
| 120 | Сырники творожные (120гр) | Ккал-235, Бел-18, Жир-11, Угл-19 |
| 40 | Молоко сгущенное (40гр) | Ккал-128, Бел-2, Жир-3, Угл-22 |
| 180 | Чай сладкий (180гр) | Ккал-24, Угл-6 |
| Итого за Ужин | | Ккал-387, Бел-20, Жир-14, Угл-47 |
| Итого за день | | Ккал-1 938, Бел-63, Жир-71, Угл-260 |

Старший
воспитатель _____Ответственный
за питание _____

Меню на 15.05.2023 год Ясли

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|---|--|
| <u>Завтрак</u> | | |
| 150 | Суп молочный с макаронными изделиями (150гр) | Ккал-161, Бел-5, Жир-7, Угл-18 |
| 35 | Батон с сыром и маслом 35 гр. | Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14 |
| 150 | Кофейный напиток на молоке (150гр) | Ккал-109, Бел-4, Жир-5, Угл-12 |
| Итого за Завтрак | | Ккал-380, Бел-13, Жир-16, Угл-44 |
| <u>Завтрак 2</u> | | |
| 100 | груша (100гр) | Ккал-42, Угл-11 |
| Итого за Завтрак 2 | | Ккал-42, Угл-11 |
| <u>Обед</u> | | |
| 150 | Суп гороховый на курином бульоне (150гр) | Ккал-129, Бел-6, Жир-4, Угл-15 |
| 60 | Биточки куриные (60гр) | Ккал-140, Бел-8, Жир-11, Угл-4 |
| 80 | Каша перловая рассыпчатая (80гр) | Ккал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-22 |
| 25 | Соус томатный (25гр) | Ккал-31, Бел-1, Жир-1, Угл-5 |
| 25 | Хлеб пшеничный (25гр) | Ккал-59, Бел-2, Угл-12 |
| 25 | Хлеб ржано-пшеничный (25гр) | Ккал-53, Бел-1, Угл-11 |
| 150 | Компот из смеси ягод (150гр) | Ккал-29, Угл-7 |
| Итого за Обед | | Ккал-566, Бел-21, Жир-19, Угл-76 |
| <u>Полдник</u> | | |
| 30 | Вафли (30гр) | Ккал-159, Бел-1, Жир-8, Угл-20 |
| 150 | Кисель (150гр) | Ккал-69, Угл-17 |
| Итого за Полдник | | Ккал-228, Бел-1, Жир-8, Угл-37 |
| <u>Ужин</u> | | |
| 100 | Сырники творожные (100гр) | Ккал-196, Бел-15, Жир-10, Угл-16 |
| 30 | Молоко сгущенное (30гр) | Ккал-96, Бел-2, Жир-3, Угл-17 |
| 150 | Чай сладкий (150гр) | Ккал-20, Угл-5 |
| Итого за Ужин | | Ккал-312, Бел-17, Жир-13, Угл-38 |
| Итого за день | | Ккал-1 528, Бел-52, Жир-56, Угл-206 |

Старший
воспитатель _____Ответственный
за питание _____