

МЕНЮ
21 мая
Завтрак :



| Наименование блюдо | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамин | |
|---|-----------------|-------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|---------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша ячневая молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 4,70 | 6,04 | 4,80 | 5,54 | 23,25 | 30,04 | 171,47 | 214,80 | | |
| <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 180/6 | 180/6 | 2,85 | 2,85 | 2,41 | 2,41 | 10,35 | 5,99 | 74,58 | 74,58 | 1,17 | 1,17 |
| <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 25/5 | 30/5 | 1,92 | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92 | 15,49 | 98,50 | 111,68 | | |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Сок</i> | 200 | 200 | 1,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 20,20 | 20,20 | 84,80 | 84,80 | 4,00 | 4,00 |
|------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Салат из свеклы с яблоками</i> | 40 | 60 | 0,44 | 0,65 | 3,1 | 3,1 | 2,07 | 3,86 | 30,68 | 46,02 | | |
| <i>Щи со свежей капустой, с картофелем на бульоне из говядины, со сметаной</i> | 150/5 | 180/7 | 1,11 | 1,36 | 3,70 | 4,59 | 3,94 | 4,77 | 57,00 | 70,02 | 9,59 | 8,00 |
| <i>Говядина тушеная с овощами по-татарски</i> | 30/30 | 40/30 | 4,06 | 10,76 | 4,76 | 10,11 | 19,42 | 19,42 | 136,73 | 150,93 | 0,00 | 5,03 |
| <i>Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным</i> | 110/2 | 130/3 | 4,06 | 4,81 | 4,76 | 6,09 | 19,42 | 22,96 | 136,73 | 165,79 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Компот из урюка</i> | 150 | 180 | 0,35 | 0,40 | 0,02 | 0,02 | 13,83 | 16,60 | 56,83 | 68,20 | 0,00 | 2,44 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 35 | 1,52 | 2,66 | 0,16 | 0,28 | 9,84 | 17,22 | 47,00 | 82,25 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Запеканка творожная с молоком сгущённым</i> | 110/20 | 130/20 | 20,73 | 24,20 | 16,98 | 20,06 | 29,49 | 32,78 | 353,40 | 408,20 | 0,49 | 0,54 |
| <i>Чай с сахаром</i> | 150/5 | 180/6 | 0,053 | 0,06 | 0,015 | 0,02 | 5,02 | 6,02 | 20,08 | 24,10 | 0,02 | 0,03 |