

Директор (Рыбинцева Н.И.)

09.09.2022

Меню на 09.09.2022

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн.ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Омлет натуральный 100	100	100	6,8	6,8	9	9	3,1	3,1	120	120
Салат из зеленого горошка 40	40	40	1,1	1,1	1,1	1,1	2,8	2,8	25,4	25,4
Масло сливочное несоленое 8	8	8	0,1	0,1	6,6	6,6	0,1	0,1	59,8	59,8
Чай с сахаром 160		160		0,1		0		13		49,9
Чай с сахаром 200	200		0,1		0		16		61,5	
хлеб пшеничный (витаминизированный) 27		27		2,1		0,71		14,4		73
хлеб пшеничный (витаминизированный) 36	36		2,65		1,05		18,5		90	
Завтрак 2										
бананы	180	170	2,7	2,55	0,9	0,85	37,8	35,7	172,8	163,2
Обед										
Морковь тертая с яблоком и сахаром		40		0,4		0,1		5,1		21,5
Морковь тертая с яблоком и сахаром 60	60		0,6		0,1		6,7		28,8	
Рассольник со сметаной на курином бульоне		200		2,8		5,5		17,5		127,7
Рассольник со сметаной на курином бульоне 250	250		3,5		6,7		22,2		160,3	
Картофельное пюре		120		2,6		4,1		20,2		123,8
Суфле из отварной курицы 70	70		14,3		12,8		3,4		194,7	
Картофельное пюре 150	150		3,3		6		25,4		162,4	
Суфле из отварной курицы 60		60		12,1		10,6		2,5		161,2
Компот из сухофруктов		150		0,3		0		18,7		72,2
Компот из сухофруктов 200	200		0,4		0		25,4		98,1	
хлеб ржаной (ржано-пшеничный) 38		38		2,1		0,4		16,5		75,6
хлеб ржаной (ржано-пшеничный) 48	48		2,7		0,5		20,8		95,5	
Полдник										
Оладьи из муки		130		10		13,3		54,6		378,6
Оладьи из муки 140	140		10,6		14,4		58,7		407,3	
Молоко сгущенное с сахаром	20	20	0,8	0,8	0,9	0,9	10,1	10,1	49,2	49,2
Кисломолочный напиток с сахаром		180		5		5,8		12,4		124,9
Кисломолочный напиток с сахаром 200	200		5,4		6,2		13,9		136,9	
Вафли с фруктовыми начинками витаминизированные 21	21		1,9		5,8		12,2		108,8	
хлеб пшеничный (витаминизированный) 26		26		3,9		1,5		27,2		132,5
хлеб пшеничный (витаминизированный) 36	36		2,65		1,05		18,5		90	