



**МЕНЮ**

На 3 августа\_ 2022г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>								
Суп молочный с манной крупой	150	18.08	3.7	29.7	190	23.4	4.5	38.6
Чай с лимоном	181	0.06	0.009	13.7	200	0.07	0.01	15.31
Хлеб	32	2.43	0.3	14.64	42	3.2	0.4	19.52
<b>10.00</b>								
Сок	100	0.01	-----	0.09	100	0.01	-----	0.09
<b>Обед</b>								
Борщ со свежей капустой	150	0.66	4.21	5.47	200	1.1	7.02	9.12
Тефтели из говядины (Ежики)	76	14.41	13.63	13.12	80	16.33	15.44	14.87
Картофельное пюре	99				128			
Свежие овощи	30	0.8	5.0	2.87	30	0.8	5.0	2.87
Компот из с/ф	150	0.14	-----	13.5	180	0.16	-----	14.99
Хлеб	40	3.2	0.4	19.52	50	4.05	0.5	24.4
<b>полдник</b>								
Молоко т/о	165	5.0	5.7	8.4	166	5.59	6.38	9.38
Кондитерские изделия (Печенье)	30	1.9	4.7	19.3	30	2.1	5.3	25.6
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
<b>ужин</b>								
Рыба запеченная в сметанном соусе	61	5.0	5.7	8.4	75	5.59	6.38	9.38
Каша пшеничная	83	4.4	5.4	16.75	100	4.94	6.06	18.62
Свекольная икра	38				60			
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52
Кофейный напиток с молоком	172	0.7	0.7	18.62	173	0.8	0.8	45.42

Ответственный за составление меню Зражаева Ю.С. /Зражаева Ю.С. /