



МЕНЮ

На 20 октября 2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак								
Рыба тушеная в томате с овощами	68	4.33	0.51	0.43	91	4.94	0.58	0.49
Каша вязкая пшеничная	80	0.11	0.03	0.66	90	0.11	0.03	0.66
Гренки с сыром	45	4.68	4.77	17.6	49	4.68	4.77	17.6
Чай с сахаром и лимоном	150	0.06	0.009	13.7	180	0.07	0.01	15.31
10.00								
Сок	100	0.01	-----	0.09	100	0.01	-----	0.09
Обед								
Свекольник	151	0.66	4.21	5.47	200	0.88	5.61	7.29
Птица тушеная	74	18.5	14.5	4.0	86	21.1	16.5	4.5
Рис вязкий	70	2.44	2.59	4.1	80	3.33	3.99	5.1
Соленые овощи	33				33			
Компот из с/ф	150	0.5	-----	25.1	180	0.56	-----	27.89
Хлеб	40	1.6	0.2	9.76	50	3.2	0.4	19.52
полдник								
Молоко т/о	180	2.5	2.8	17.7	180	2.79	3.19	19.71
Пирожок печеный с яблоками	60	3.54	2.42	32.67	70	4.96	3.38	45.73
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
ужин								
Суп молочный манный	150	3.34	4.6	14.8	199	4.1	5.7	19.87
Яйцо отварное	49	6.45	5.8	0.4	49	6.45	5.8	0.4
Какао с молоком	150	2.5	2.8	17.7	180	2.79	3.19	19.71
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52

Ответственный за составление меню _____

Зр

/ Зражаева Ю.С. /