



МЕНЮ
На 14 декабря_ 2022г.

| блюдо | ясли | | | | сад | | | |
|---------------------------------------|--------------|-------|-------|-----------|------------|-------|-------|-----------|
| | Выход в гр | белки | жиры | Угле воды | Выход в гр | белки | жиры | Угле воды |
| завтрак | | | | | | | | |
| Суп молочный с манной крупой | 156 | 18.08 | 3.7 | 29.7 | 180 | 23.4 | 4.5 | 38.6 |
| Чай с лимоном | 153 | 0.06 | 0.009 | 13.7 | 184 | 0.07 | 0.01 | 15.31 |
| Хлеб | 30 | 2.43 | 0.3 | 14.64 | 40 | 3.2 | 0.4 | 19.52 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | 10.00 | | | | | | | |
| Сок | 100 | 0.01 | ----- | 0.09 | 100 | 0.01 | ----- | 0.09 |
| Обед | | | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой | 163 | 0.66 | 4.21 | 5.47 | 184 | 1.1 | 7.02 | 9.12 |
| Тефтели из говядины с молочным соусом | 58 | 14.41 | 13.63 | 13.12 | 86 | 16.33 | 15.44 | 14.87 |
| Картофельное пюре | 99 | 1.06 | 2.02 | 7.77 | 128 | 1.48 | 2.83 | 10.88 |
| Соленые овощи | 43 | 0.36 | 2.1 | 2.22 | 43 | 0.44 | 3.1 | 3.18 |
| Компот из с/ф | 146 | 0.14 | ----- | 13.5 | 176 | 0.16 | ----- | 14.99 |
| Хлеб | 40 | 3.2 | 0.4 | 19.52 | 50 | 4.05 | 0.5 | 24.4 |
| | | | | | | | | |
| полдник | | | | | | | | |
| Молоко т/о | 177 | 5.0 | 5.7 | 8.4 | 177 | 5.59 | 6.38 | 9.38 |
| Кондитерские изделия | 37 | 1.9 | 4.7 | 19.3 | 37 | 2.1 | 5.3 | 25.6 |
| Фрукты | 100 | 0.8 | 0.8 | 45.42 | 100 | 0.8 | 0.8 | 45.42 |
| | | | | | | | | |
| ужин | | | | | | | | |
| Фрикадельки рыбные в молочном соусе | 56 | 5.0 | 5.7 | 8.4 | 75 | 5.59 | 6.38 | 9.38 |
| Каша вязкая | 98 | 4.4 | 5.4 | 16.75 | 131 | 4.94 | 6.06 | 18.62 |
| Свекольная икра | 60 | 1.12 | 3.75 | 6.22 | 80 | 1.38 | 4.0 | 6.87 |
| Хлеб | 30 | 2.43 | 0.3 | 14.64 | 40 | 3.2 | 0.4 | 19.52 |
| Кофейный напиток с молоком | 179 | 0.7 | 0.7 | 18.62 | 198 | 0.8 | 0.8 | 45.42 |

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