



МЕНЮ

На 19 апреля 2023 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>								
Каша «Дружба»	150	3.63	3.75	13.15	179	4.72	4.95	15.37
Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	40	3.4	1.32	17.0
Масло сливочное (Порциями)	5	0.03	3.63	0.04	5	0.03	3.63	0.04
Сыр полутвердый (Порциями)	9	2.17	2.66	0.03	13	3.13	3.84	0.04
Кофейный напиток с молоком	178	2.64	2.35	12.64	199	2.94	2.62	14.39
<b>10:30-11:00</b>								
Фрукты	95	0.6	0.14	15.0	100	1.5	0.5	21.0
<b>Обед</b>								
Суп с макаронами и картофелем	150	1.81	2.33	11.6	200	2.43	3.44	14.83
Биштекс рубленый паровой	59	6.38	6.74	2.91	78	7.51	8.4	5.11
Каша гречневая рассыпчатая	110	6.05	4.43	27.9	130	8.07	5.67	31.9
Икра свекольная	40	0.41	2.06	3.37	60	0.59	3.08	4.89
Хлеб ржаной	39	3.24	0.4	19.52	49	4.05	0.5	24.4
Компот из с/ф	150	0.22	0.01	11.89	180	0.26	0.01	14.07
<b>полдник</b>								
Булочка дорожная	60	5.39	8.28	28.56	70	6.21	9.15	30.5
Кефир	149	4.2	3.75	6.0	180	5.04	4.5	7.2
<b>ужин</b>								
Рыба, запеченная в сметанном соусе	59	3.21	5.11	11.65	79	5.7	6.81	12.38
Картофель отварной	110	2.22	3.34	27.96	130	2.63	4.15	31.23
Овощи отварные	40	0.55	1.04	2.9	60	0.82	2.06	4.35
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	30	2.55	0.99	12.75
Чай с сахаром	180	0.1	0.03	7.02	200	0.12	0.03	8.02

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