

и.о. зав. отделом  
 Туровского РА



**МЕНЮ**  
 на 21.09.2022  
 ЯСЛИ

| Наименование блюда          | Выход, г | Пищевая ценность |         |             |                    | Витамины и минералы, мг С |
|-----------------------------|----------|------------------|---------|-------------|--------------------|---------------------------|
|                             |          | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |                           |
| <b>ЗАВТРАК</b>              |          |                  |         |             |                    |                           |
| Каша молочная "Геркулес"    | 150      | 5,50             | 6,06    | 18,94       | 150,88             | 0,600                     |
| Цикорий с молоком Ясли/Сад  | 150      | 1,82             | 1,88    | 6,69        | 50,16              | 0,300                     |
| Бутерброд с сырковой массой | 36       | 3,57             | 4,53    | 12,48       | 100,16             | 0,043                     |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>            |          |                  |         |             |                    |                           |
| Напиток из шиповника        | 100      | 0,32             | 0,14    | 19,45       | 81,65              | 130,000                   |
| <b>ОБЕД</b>                 |          |                  |         |             |                    |                           |
| Лук                         | 2        | 0,03             | 0,00    | 0,16        | 0,82               | 0,000                     |
| Чеснок                      | 1        | 0,06             | 0,00    | 0,30        | 1,49               | 0,100                     |
| Салат из свежей капусты     | 50       | 1,43             | 2,58    | 4,41        | 47,56              | 30,625                    |
| Рассольник 150/250          | 150      | 2,48             | 1,74    | 16,00       | 90,10              | 14,205                    |
| Тефтели мясные Ясли/Сад     | 150      | 2,40             | 7,23    | 10,82       | 118,32             | 0,090                     |
| Соус молочный со специями   | 20       | 1,18             | 2,10    | 3,64        | 38,09              | 0,154                     |
| Хлеб пшеничный 20/30        | 20       | 1,58             | 0,20    | 9,66        | 42,72              | 0,000                     |
| Хлеб ржаной                 | 30       | 1,98             | 0,36    | 10,02       | 52,20              | 0,000                     |
| Кисель                      | 150      | 0,00             | 0,00    | 14,66       | 58,78              | 0,000                     |
| <b>УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК</b>  |          |                  |         |             |                    |                           |
| Суп рыбный                  | 150      | 6,10             | 2,00    | 13,72       | 97,48              | 12,300                    |
| Пирог "Куха"                | 50       | 6,98             | 6,32    | 58,30       | 318,05             | 1,065                     |
| Чай с лимоном Ясли/Сад      | 150      | 0,20             | 0,03    | 7,74        | 33,31              | 3,060                     |
| Хлеб пшеничный 20/40        | 20       | 1,58             | 0,20    | 9,66        | 42,72              | 0,000                     |
| Конфеты Ясли/Сад            | 15       | 0,60             | 5,92    | 7,78        | 84,92              | 0,000                     |

**МЕНЮ**  
 на 21.09.2022  
 ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда          | Выход, г | Пищевая ценность |         |             |                    | Витамины и минералы, мг С |
|-----------------------------|----------|------------------|---------|-------------|--------------------|---------------------------|
|                             |          | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |                           |
| <b>ЗАВТРАК</b>              |          |                  |         |             |                    |                           |
| Каша молочная "Геркулес"    | 200      | 7,34             | 8,08    | 25,26       | 201,18             | 0,800                     |
| Цикорий с молоком Ясли/Сад  | 200      | 2,42             | 2,50    | 8,92        | 66,88              | 0,400                     |
| Бутерброд с сырковой массой | 56       | 5,56             | 7,04    | 19,42       | 155,80             | 0,067                     |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>            |          |                  |         |             |                    |                           |
| Напиток из шиповника        | 100      | 0,32             | 0,14    | 19,45       | 81,65              | 130,000                   |
| <b>ОБЕД</b>                 |          |                  |         |             |                    |                           |
| Лук                         | 3        | 0,04             | 0,01    | 0,25        | 1,23               | 0,000                     |
| Чеснок                      | 2        | 0,13             | 0,01    | 0,60        | 2,98               | 0,200                     |
| Салат из свежей капусты     | 60       | 1,72             | 3,10    | 5,29        | 57,08              | 36,750                    |
| Рассольник 150/250          | 250      | 4,12             | 2,90    | 26,68       | 150,18             | 23,675                    |
| Тефтели мясные Ясли/Сад     | 180      | 2,88             | 8,68    | 12,98       | 141,98             | 0,108                     |
| Соус молочный со специями   | 30       | 1,76             | 3,15    | 5,47        | 57,14              | 0,231                     |
| Хлеб пшеничный 20/30        | 30       | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 64,08              | 0,000                     |
| Хлеб ржаной                 | 60       | 3,96             | 0,72    | 20,04       | 104,40             | 0,000                     |
| Кисель                      | 200      | 0,00             | 0,00    | 19,54       | 78,38              | 0,000                     |
| <b>УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК</b>  |          |                  |         |             |                    |                           |
| Суп рыбный                  | 250      | 10,18            | 3,32    | 22,88       | 162,47             | 20,500                    |
| Пирог "Куха"                | 60       | 8,38             | 7,58    | 69,95       | 381,65             | 1,278                     |
| Чай с лимоном Ясли/Сад      | 200      | 0,26             | 0,04    | 10,32       | 44,42              | 4,080                     |
| Хлеб пшеничный 20/40        | 40       | 3,16             | 0,40    | 19,32       | 85,44              | 0,000                     |
| Конфеты Ясли/Сад            | 15       | 0,60             | 5,92    | 7,78        | 84,92              | 0,000                     |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024