



Туровская И.В.

МЕНЮ

на 04.10.2022

ЯСЛИ

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша молочная "Геркулес"	150	5,50	6,06	18,94	150,88	0,600
Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,12	6,73	55,20	0,300
Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,50	0,155
ЗАВТРАК 2						
Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130,000
ОБЕД						
Лук	2	0,03	0,00	0,16	0,82	0,000
Чеснок	1	0,06	0,00	0,30	1,49	0,100
Огурцы свежие кусочком	50	0,46	0,06	1,46	8,16	5,835
Рассольник 150/250	150	2,48	1,74	16,00	90,10	14,205
Мясо, тушеное с помидорами 80/100	80	1,01	4,02	6,17	65,08	9,952
Рис рассыпчатый 100/120	100	2,84	2,52	23,40	127,77	0,000
Компот вишнёвый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375
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
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК						
Салат из свежей капусты	50	1,43	2,58	4,41	47,56	30,625
Рожки с сыром Ясли/Сад	100	6,71	6,44	23,26	178,37	0,090
Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,000
Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,20	0,03	7,74	33,31	3,060
Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,40	48,000

МЕНЮ

на 04.10.2022

ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				Витамины и минералы, мг С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,800
Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,60	0,400
Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147,00	0,241
ЗАВТРАК 2						
Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130,000
ОБЕД						
Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0,000
Чеснок	2	0,13	0,01	0,60	2,98	0,200
Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,80	7,002
Рассольник 150/250	250	4,12	2,90	26,68	150,18	23,675
Мясо, тушеное с помидорами 80/100	100	1,26	5,02	7,71	81,35	12,440
Рис рассыпчатый 100/120	120	3,41	3,02	28,08	153,32	0,000
Компот вишнёвый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,500
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
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК						
Салат из свежей капусты	60	1,72	3,10	5,29	57,08	36,750
Рожки с сыром Ясли/Сад	120	8,05	7,73	27,91	214,04	0,108
Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	0,000
Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,080
Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,40	48,000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024