

## МЕНЮ ВЕСНА - ЛЕТО

" 26 " мая 2022 год



Утверждаю  
Руководитель СП  
т. Безенчук  
И.А. Карпова

	Наименование блюда	Ясли 10,5						Сад 10,5					
		Вес блюда, гр.	Химический состав					Вес блюда, гр.	Химический состав				
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С		Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С
Завтрак1	Каша из смеси круп(рис-пшено)	150	5,5	4	28,91	191	0	200	5,67	5,28	37,44	220	0
	Какао с молоком	150	3	2,6	21,4	120,6	1,1	200	4,58	5,04	21,5	145,34	0,03
	Бутерброд с сыром	0,03/0,007	3,15	6,7	20	154,4	0,14	0,04/0,005	3,15	6,7	20	154,4	0,14
Итого завтрак:			11,65	13,3	70,31	466			13,4	17,02	78,94	519,7	
Завтрак2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6
Обед:	Салат с зелёным горошком	40	1,1	2	2,5	33,44	4,4	40	1,1	2	2,5	33,44	4,4
	Суп с клёцками и сметана	150	1,19	1,63	12,5	89,4	4,92	200	1,97	2,73	14,58	90,75	8,2
	Плов из птицы	150	19,3	17,5	33,8	387,2	0,6	200	21,47	19,6	35,7	406	1,01
	Компот из с/фруктов с VitC	150	0,06	0	20,7	84,7	0,35	200	0,06	0	27,7	113	0,5
	Хлеб пшеничный	21	2,3	0,2	15,1	71	0	28	2,3	0,2	15,1	71	0
	Хлеб ржаной	34	2,7	0,4	14,8	75,4	0	43	2,8	0,5	19,4	77,8	0
Итого обед:			23,39	20,08	82,68	645,3			36,25	12,53	91,3	600	
Полдник:	Булочка домашняя	50	11,64	6,26	26,96	179	0	70	12	8,7	37,7	250,6	0
	Чай с сахаром	150	0,05	0	6,99	28	0,02	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03
			11,69	6,26	33,95	207			5,06	11,68	41,19	323	
Итого день:			47,27	39,64	201	1360,5			55,25	59,23	221,5	1585	