



МЕНЮ

ясли

На « » 20 г

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным	150	3,4	3,1	23,3	136,5
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого</i>	345	9,0	9,5	57,74	356,5
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Икра свекольная	30	0,7	1,4	3,6	18,0
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	150	1,6	4,1	10,4	85,5
	Тефтели из рыбы паровые	50	7,7	0,6	4,4	47,5
	Картофельное пюре	120	2,5	3,8	14,6	98,0
	Компот из яблок	150	0,1	0,1	19,9	81,3
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	530	14,79	10,33	65,5	394,9
Полдник	Кисломолочный продукт	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Булочка домашняя	50	3,6	6,3	26,9	178,6
	<i>Итого :</i>	200	7,8	11,1	32,9	262,8
Ужин:	Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0,4	2,2	2,7	26,3
	Котлета куриная	60	11,2	2,5	9,4	105,8
	Гречка отварная со слив. маслом	110	5,5	3,9	23,9	155,2
	Чай с сахаром	150	0	0	10	40
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	380	19,08	8,96	56,2	378,5
<i>Итого за XV день:</i>		1555	51,17	39,89	221,54	1434,2