

УТВЕРЖДЕНО
и.о.руководителя
С.П. «Детский сад «Березка»
_____ Л.И. Слезина

МЕНЮ
на 14.04.2022
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции , г	Пищевая ценность				Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Пудинг из творога с морковью	180	22,09	19,01	23,13	350,44	1,674
Бутерброд с сыром	40	3,83	5,89	14,47	126,74	0,052
Кофейный напиток с молоком	190	3,08	3,36	8,61	77,06	1,235
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,000
ОБЕД						
Суп из овощей	180	7,76	12,64	8,35	178,81	15,336
Голубцы овощные	180	21,20	26,55	28,51	439,60	58,176
Компот из свежих ягод	180	0,38	0,22	22,57	92,79	56,700
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	0,000
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	0,000
ПОЛДНИК						
Соки фруктовые или ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76,00	3,600
Вафля	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,120
УЖИН						
Суп рыбный	200	8,60	7,40	16,82	168,78	9,220
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	0,000
Чай с сахаром,	200	0,12	0,00	6,02	23,88	0,060

Ответственный _____ Зварыкина Е.А.
(подпись) (расшифровка подписи)

УТВЕРЖДЕНО
и.о.руководителя
С.П. «Детский сад «Березка»
_____ Л.И. Слезина

МЕНЮ
на 14.04.2022
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции , г	Пищевая ценность				Витамин С, мг
		Белки , г	Жиры, г	Углеводы , г	Калорийность , ккал	С
ЗАВТРАК						
Пудинг из творога с морковью	150	18,41	15,84	19,27	292,04	1,395
Бутерброд с сыром	35	3,35	5,15	12,66	110,89	0,045
Кофейный напиток с молоком	170	2,75	3,01	7,70	68,95	1,105
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,500
ОБЕД						
Суп из овощей	150	6,46	10,53	6,96	149,01	12,780
Голубцы овощные	150	17,67	22,12	23,76	366,33	48,480
Компот из свежих ягод	150	0,31	0,18	18,81	77,32	47,250
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,000
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,000
ПОЛДНИК						
Соки фруктовые или ягодные	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3,000
Вафля	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,120
УЖИН						
Суп рыбный	180	7,74	6,66	15,14	151,90	8,298
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	0,000
Чай с сахаром,	180	0,11	0,00	5,42	21,49	0,054

Ответственный _____ Зварыкина Е.А.
(подпись) (расшифровка подписи)

