

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

МЕНЮ
на 06.04.2022
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша пшенная молочная с маслом	180	7,33	7,70	28,39	212,76	1,872
Бутерброд с маслом сливочным	43	2,30	4,09	15,38	107,66	0,000
Кофейный напиток с молоком	190	3,08	3,36	8,61	77,06	1,235
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	84	0,40	0,40	9,80	47,00	10,000
ОБЕД						
Рассольник ленинградский со сметаной	180	9,29	10,96	20,23	217,64	16,488
Ежики в соусе	70	16,48	21,96	17,07	333,31	1,750
Свекла тушеная	130	1,90	4,02	11,10	88,02	12,610
Напиток из плодов шиповника	180	0,36	0,00	11,68	46,93	90,000
Хлеб пшеничный	23	2,37	0,30	14,49	64,08	0,000
Хлеб ржаной	37	3,30	0,60	16,70	87,00	0,000
ПОЛДНИК						
Кефир (ряженка, варенец, снежок, йогурт)	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,260
УЖИН						
Винегрет овощной	180	8,64	6,01	28,15	198,83	23,040
Яйца вареные	1	5,08	4,60	0,28	62,80	0,000
Хлеб пшеничный	23	2,37	0,30	14,49	64,08	0,000
Чай с сахаром,	200	0,12	0,00	6,02	23,88	0,060