



**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
на 11 октября 2024 г.  
**Ясли 12 часов**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	Se, мг
<b>Завтрак</b>																			
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	4,40	2,30	13,20	0,20	19,90	0,00	0,00	0,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,75	6,15	23,60	164,38	0,02	0,00	0,02	0,21	0,08	0,02	6,03	11,07	32,60	0,23	24,39	0,33	0,01	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	186	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00	0,96	0,00	0,00	0,00	0,24	113,40	96,48	177,96	17,76	595,92	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>6,99</b>	<b>10,25</b>	<b>39,00</b>	<b>259,98</b>	<b>0,02</b>	<b>0,96</b>	<b>0,12</b>	<b>0,41</b>	<b>0,28</b>	<b>0,26</b>	<b>123,83</b>	<b>109,85</b>	<b>223,76</b>	<b>18,19</b>	<b>640,21</b>	<b>0,33</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>																			
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	167	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>																			
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	59	0,88	3,36	4,67	53,29	0,00	0,15	0,00	1,46	0,00	0,00	1,17	0,73	1,31	0,00	10,07	0,29	0,00	0,00
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	6,67	10,10	10,49	167,59	0,06	5,32	0,02	1,47	0,00	0,04	31,26	17,53	47,12	0,76	388,32	4,55	0,02	0,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ	71	11,45	13,85	1,93	177,68	0,04	0,38	0,08	0,45	0,36	0,11	15,59	10,05	99,97	1,05	122,36	5,83	0,01	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	2,92	2,46	14,13	88,81	0,09	0,00	0,00	0,91	0,09	0,00	9,03	5,56	30,00	0,64	46,14	0,55	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,00	0,60	0,00	0,10	0,00	0,00	10,40	4,40	4,30	0,50	47,10	0,30	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,55	1,73	8,78	0,15	13,80	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>24,82</b>	<b>30,57</b>	<b>67,72</b>	<b>652,07</b>	<b>0,19</b>	<b>6,45</b>	<b>0,10</b>	<b>4,89</b>	<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>74,03</b>	<b>44,34</b>	<b>211,19</b>	<b>3,94</b>	<b>661,86</b>	<b>12,86</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>																			
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,30	0,00	1,00	5,60	0,00	1,60	0,00	0,00	0,00	0,00	6,30	5,00	15,10	0,40	56,40	1,20	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	174	23,01	21,01	17,39	350,24	0,10	8,78	0,01	0,19	0,05	0,06	15,18	23,09	60,32	1,05	616,41	5,52	0,03	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	65,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,30	1,40	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,16	7,77	27,14	179,48	0,11	0,00	0,00	0,77	0,00	0,00	10,40	6,46	35,24	0,44	52,66	0,88	0,00	0,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>28,77</b>	<b>28,90</b>	<b>72,73</b>	<b>651,32</b>	<b>0,21</b>	<b>10,38</b>	<b>0,01</b>	<b>1,26</b>	<b>0,05</b>	<b>0,06</b>	<b>42,58</b>	<b>38,55</b>	<b>122,46</b>	<b>2,39</b>	<b>746,77</b>	<b>8,40</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>60,58</b>	<b>69,72</b>	<b>179,45</b>	<b>1 563,37</b>	<b>0,42</b>	<b>17,79</b>	<b>0,23</b>	<b>6,56</b>	<b>0,78</b>	<b>0,47</b>	<b>240,44</b>	<b>192,74</b>	<b>557,41</b>	<b>24,52</b>	<b>2 048,84</b>	<b>21,59</b>	<b>0,07</b>	<b>0,00</b>