



Меню на 6 октября 2020
Детского сада № 1
"Ласточки"

	Масса порции	Пищевые вещества, (г.)			Энергетич. ценность, ккал	Иртэнге аш	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	ясли/сад						
Каша молочная	150г	6.18	5.95	44.17	136	Каша молочная	777к.1
Молочная с маслом	100г	2.2	4.9	10.1	110	Молочная с маслом	777к.1
Молоко с маслом	160 / 180	2.0 / 2.4	2.10 / 2.58	11.50 / 13.61	43.30 / 47.00	Молоко с маслом	777к.1
Молочная с маслом	150г	1.9	4.1	13.00	99.00	Молочная с маслом	777к.1
Сметанная	150г	1.9	4.4	13.00	99.00	Сметанная	777к.1
II Завтрак	115 / 145	0.5 / 0.5	0.8 / 0.8	21.00 / 21.00	95.00 / 95.00	II Иртэнге аш	777к.1
Обед						Төшке аш	
Суп из моркови	30 / 50	0.00 / 0.45	0.05 / 0.06	3.00 / 3.50	14.00 / 14.00	Суп из моркови	777к.1
Суп с печеночной котлетой	150г	2.90	6.40	10.17	10.30	Суп с печеночной котлетой	777к.1
Картофель с овощами	100г	3.35	4.20	13.20	44.00	Картофель с овощами	777к.1
Минерал. напиток	50 / 40	6.30	5.00	22.00	166.00	Минерал. напиток	777к.1
Из рыбы	40	2.45	2.20	2.50	21.00	Из рыбы	777к.1
Мясо картофельное	110 / 130	3.13 / 3.70	4.76 / 4.41	13.03 / 15.00	41.15 / 45.00	Мясо картофельное	777к.1
Мясное	150 / 180			8.21 / 10.00	33.34 / 40.00	Мясное	777к.1
Салат сельский	30 / 34.5	1.5 / 1.8	0.3 / 0.4	14.3 / 18	66 / 81.5	Салат сельский	777к.1
Полдник						Полдник	
Айсор	10 / 10	1.50 / 1.50	2.40 / 2.40	32.00 / 32.00	120.00 / 120.00	Айсор	777к.1
Айсор	100 / 110	3.35 / 3.68	2.5 / 2.75	4.6 / 5.04	61.2 / 63.0	Айсор	777к.1
Суп из картофеля с маслом	110 / 120	5.21 / 5.21	2.10 / 2.10	15.53 / 15.53	152.00 / 152.00	Суп из картофеля с маслом	777к.1
Суп картофельный	150г	2.00	4.50	21.00	94.50	Суп картофельный	777к.1
Мол с маслом	160 / 180	0.05 / 0.05	0.01 / 0.01	4.41 / 4.90	18.00 / 20.00	Мол с маслом	777к.1
Молоко минеральное	10 / 10	1.5 / 1.6	0.1 / 0.1	9.8 / 9.8	44 / 47	Молоко минеральное	777к.1

Старшая м/с Ласточкина Н.Н.

Шеф-повар

Борисова Г.В.