

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

7	8	32	224	150	Каша пшённая молочная
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
2	2	19	100	150	Чай с молоком
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
1	1	15	66	100	Яблоко

Обед


2	2	14	84	150	Суп картофельный с макаронными изделиями
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
1	3	3	36	40	Салат из свежей капусты
9	7	2	103	60	Гуляш с мясом
4	5	25	161	150	Каша пшеничная вязкая

Полдник

3	3	28	148	50	Сдоба
-	-	14	54	150	Чай с сахаром

Ужин

3	4	26	145	150	Картофель в молоке
2	2	19	100	150	Чай с молоком
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В. 

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

6	6	26	179	180	Каша пшённая молочная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
2	2	17	92	180	Чай с молоком
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
1	1	15	66	100	Яблоко

Обед

2	2	10	63	180	Суп картофельный с макаронными изделиями
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
1	3	4	50	60	Салат из свежей капусты
9	7	2	103	70	Гуляш с мясом
5	6	33	203	180	Каша пшеничная вязкая

Полдник

4	6	43	232	60	Сдоба
-	-	13	48	180	Чай с сахаром

Ужин

3	4	26	145	150	Картофель в молоке
2	2	17	92	180	Чай с молоком
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В. 