

Меню Дети Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |

Завтрак

| | | | | | |
|---|---|----|-----|------|----------------------------|
| 6 | 6 | 27 | 179 | 150 | Каша "Дружба" |
| 2 | - | 10 | 47 | 20/5 | Батон с маслом |
| 3 | 3 | 19 | 111 | 150 | Кофейный напиток на молоке |
| 4 | 4 | - | 54 | 6 | Сыр |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---|---|----|----|-----|---------------|
| - | - | 13 | 51 | 100 | Сок фруктовый |
| 2 | - | 16 | 86 | 100 | Апельсин |

Обед

| | | | | | |
|----|----|----|-----|------|-------------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 35 | 40 | Салат из свеклы с солеными огурцами |
| 10 | 10 | 11 | 188 | 0,05 | Рыба припущенная |
| 1 | - | 10 | 43 | 20 | Хлеб ржано-пшеничный |
| 2 | - | 14 | 100 | 40 | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | - | - | 5 | Соль |
| 4 | 2 | 13 | 113 | 130 | Горошница |
| 3 | 1 | 6 | 48 | 150 | Суп картофельный с рыбой 2 сп |
| - | - | 17 | 68 | 150 | Компот из сухофруктов |

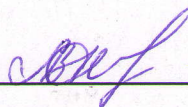
Полдник

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-------|------------------|
| 2 | 3 | 17 | 98 | 20 | сушка |
| 6 | 6 | 9 | 116 | 150 | Молоко кипяченое |
| 1 | 1 | 15 | 70 | 0,048 | зефир |

Ужин

| | | | | | |
|---|----|----|-----|------|----------------------------|
| 9 | 13 | 2 | 125 | 80 | Омлет натуральный с маслом |
| 2 | - | 11 | 75 | 0,03 | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | 14 | 54 | 150 | Чай с сахаром |
| - | 3 | 3 | 43 | 0,04 | Кабачковая икра |

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети-сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |

Завтрак

| | | | | | |
|---|---|----|-----|------|----------------------------|
| 7 | 8 | 33 | 225 | 160 | Каша "Дружба" |
| 2 | 4 | 15 | 104 | 30/5 | Батон с маслом |
| 3 | 2 | 16 | 92 | 180 | Кофейный напиток на молоке |
| 4 | 4 | - | 54 | 6 | Сыр |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---|---|----|----|-----|---------------|
| - | - | 13 | 51 | 100 | Сок фруктовый |
| 2 | - | 16 | 86 | 100 | Апельсин |

Обед

| | | | | | |
|----|----|----|-----|------|-------------------------------------|
| 1 | 4 | 4 | 52 | 60 | Салат из свеклы с солеными огурцами |
| 5 | 2 | 2 | 76 | 180 | Суп картофельный с рыбой 1 сп |
| 10 | 10 | 11 | 188 | 0,05 | Рыба припущенная |
| 1 | - | 10 | 43 | 20 | Хлеб ржано-пшеничный |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 50 | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | - | - | 5 | Соль |
| 4 | 2 | 13 | 113 | 130 | Горошница |
| - | - | 18 | 73 | 0,16 | Компот из сухофруктов |

Полдник

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-------|------------------|
| 2 | 3 | 17 | 98 | 20 | сушка |
| 6 | 6 | 9 | 116 | 180 | Молоко кипяченое |
| 1 | 1 | 15 | 70 | 0,048 | зефир |

Ужин

| | | | | | |
|---|----|----|-----|------|----------------------------|
| 9 | 13 | 2 | 156 | 100 | Омлет натуральный с маслом |
| 2 | - | 11 | 75 | 0,03 | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | 13 | 48 | 180 | Чай с сахаром |
| - | 3 | 3 | 43 | 0,04 | Кабачковая икра |

Руководитель Демидова Л.В. 