

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

4	4	32	184	130	Каша гречневая рассыпчатая
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
3	2	-	31	20	Яйцо
4	4	-	54	6	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
2	-	16	86	50	Апельсин

Обед

4	1	19	100	150	Суп гороховый с гренками 2 сп
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
5	7	42	243	130	Макароны отварные с маслом
1	2	5	33	40	Салат из зелёного горошка
19	21	5	230	50	Гуляш куриный
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

7	12	66	398	60	Коржик молочный
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое

Ужин

7	8	32	223	150	Каша ячневая молочная
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В.



03 октября 2022 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

5	5	38	220	140	Каша гречневая рассыпчатая
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
3	2	-	31	20	Яйцо
4	4	-	54	6	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
2	-	16	86	50	Апельсин

Обед

7	2	29	159	180	Суп гороховый с гречками 1 сп
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
3	5	28	162	150	Макароны отварные с маслом
1	2	5	33	60	Салат из зеленого горошка
21	24	5	231	60	Гуляш куриный
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

7	12	66	398	60	Коржик молочный
6	6	9	116	180	Молоко кипяченое

Ужин

7	8	32	223	180	Каша ячневая молочная
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В.

