

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 |
| 4 | 4 | - | 54 | 6 | Сыр |
| 3 | 2 | - | 31 | 20 | Яйцо |

Завтрак 2

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

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 |
| - | 2 | 1 | 21 | 40 | Салат из капусты и моркови |
| 9 | 7 | 2 | 103 | 50 | Гуляш с мясом |
| - | - | - | - | 5 | Соль |

Полдник

| | | | | | |
|---|----|----|-----|-----|-----------------|
| 7 | 12 | 66 | 398 | 60 | Коржик молочный |
| 4 | 2 | 15 | 93 | 180 | Снежок |

Ужин

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|-----------------------|
| 7 | 8 | 32 | 223 | 150 | Каша ячневая молочная |
| 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

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

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|---|
| 7 | 2 | 29 | 159 | 180 | Суп гороховый с гренками 1 сп Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничный в/с Макароны отварные с маслом Салат из капусты и моркови Гуляш с мясом Соль |
| - | - | 20 | 82 | 180 | |
| 1 | - | 10 | 43 | 20 | |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 50 | |
| 3 | 5 | 28 | 162 | 150 | |
| - | 1 | 1 | 16 | 60 | |
| 9 | 7 | 2 | 103 | 60 | |
| - | - | - | - | 5 | |

Полдник

| | | | | | |
|---|----|----|-----|-----|---------------------------|
| 7 | 12 | 66 | 398 | 60 | Коржик молочный Снежок |
| - | - | - | - | 200 | |

Ужин

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|--|
| 7 | 8 | 32 | 223 | 180 | Каша ячневая молочная Чай с молоком Хлеб пшеничный в/с |
| 2 | 2 | 17 | 92 | 180 | |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 30 | |

Руководитель Демидова Л.В. _____