

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

6	8	30	174	150	Каша манная молочная
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

1	2	3	38	40	Салат из свеклы
2	5	11	91	150	Щи из свежей капусты со сметаной
8	10	20	239	160	Плов с мясом
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

4	4	10	137	50	Плюшка "Московская"
4	2	15	93	180	Снежок

Ужин

15	10	17	216	70	Запеканка творожная
-	-	-	-	20	Батон
-	-	3	3	150	Чай
1	1	6	32	20	Сгущенное молоко

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
6	7	28	162	180	Каша манная молочная
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

1	3	4	50	60	Салат из свеклы
1	2	7	50	180	Щи из свежей капусты со сметаной
8	10	20	239	180	Плов с мясом
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

4	6	43	232	60	Плюшка "Московская"
-	-	-	-	200	Снежок

Ужин

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
-	-	1	5	30	Батон
-	-	3	3	180	Чай
1	1	6	32	20	Сгущенное молоко

Руководитель Демидова Л.В. 