

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	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
-	-	10	47	100	Груша

Обед

1	4	5	55	50	Винегрет
8	8	9	150	70	Рыба припущенная
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
5	14	21	199	130	Картофельное пюре
3	1	6	48	150	Суп картофельный с рыбой 2 сп
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов

Полдник

6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
-	-	-	-	30	ПЕЧЕНЬЕ
1	1	15	70	48	зефир

Ужин

5	12	32	264	150	Каша сборная
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
-	-	14	54	150	Чай с сахаром

Руководитель Демидова Л.В.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

7	8	33	225	180	Каша "Дружба"
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
-	-	10	47	100	Груша

Обед

-	3	4	40	60	Винегрет
5	2	2	76	180	Суп картофельный с рыбой 1 сп
8	8	9	150	80	Рыба припущенная
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
3	6	23	148	160	Картофельное пюре
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов


Полдник

6	6	9	116	180	Молоко кипяченое
-	-	-	-	30	МЕЧЕНЬЕ
1	1	15	70	48	зефир

Ужин

4	10	26	211	180	Каша сборная
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
-	-	13	48	180	Чай с сахаром

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети сад(диета)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

7	8	33	225	180	Каша "Дружба"
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
-	-	10	47	100	Груша

Обед

-	3	4	40	60	Винегрет
1	1	7	39	180	Суп картофельный 2 сп
13	15	-	189	80	Куры отварные
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
3	6	23	148	160	Картофельное пюре
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов

Полдник

6	6	9	116	180	Молоко кипяченое
-	-	-	-	30	ПЕЧЕНЬЕ
1	1	15	70	48	зефир

Ужин

4	10	26	211	180	Каша сборная
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
-	-	13	48	180	Чай с сахаром

Руководитель Демидова Л.В.

