

09 марта 2023 г.

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

15	10	17	216
2	-	10	47
3	3	19	111
4	4	-	54
5	5	-	63

70	Запеканка творожная
20/5	Батон с маслом
150	Кофейный напиток на молоке
10	Сыр
40	Яйцо

Завтрак 2

-	-	13	51
---	---	----	----

100	Сок фруктовый
-----	---------------

Обед

1	2	3	38
1	5	10	49
14	16	16	221
1	-	10	43
2	-	14	100
-	-	17	68
-	-	-	-

40	Салат из свеклы
150	Суп вермишелевый 1сп
150	Рагу из кур
20	Хлеб ржано-пшеничный
40	Хлеб пшеничный в/с
150	Компот из сухофруктов
5	Соль

Полдник

6	6	9	116
2	2	25	122

150	Молоко кипяченое
70	Яблочный пирог "Скороспелка"

Ужин

-	-	14	54
2	4	6	90
2	-	11	75
12	7	4	125

150	Чай с сахаром
130	Капуста тушеная
0,03	Хлеб пшеничный в/с
70	Рыба по-польски

Руководитель Демидова Л.В. *Л.В. Демидова*

09 марта 2023 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр
5	5	-	63	40	Яйцо

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
---	---	----	----	-----	---------------

Обед

1	3	4	50	60	Салат из свеклы
2	2	16	84	180	Суп вермишелевый 2сп
14	16	16	221	160	Рагу из кур
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

6	6	9	116	180	Молоко кипяченое
2	2	25	122	60	Яблочный пирог "Скороспелка"

Ужин

-	-	13	48	180	Чай с сахаром
2	2	7	56	160	Капуста тушеная
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
9	5	3	90	80	Рыба по-польски

Руководитель Демидова Л.В.

