

12 декабря 2022 г.

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

9	9	37	252	150	Каша гречневая молочная
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	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

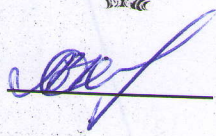
4	1	19	100	150	Суп гороховый с гречками 2 сп
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
5	7	42	243	130	Макароны отварные с маслом
1	2	5	33	40	Салат из зелёного горошка
9	7	2	103	60	Гуляш с мясом
-	-	-	-	5	Соль

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. 

12 декабря 2022 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

9	9	37	252	180	Каша гречневая молочная.
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	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

7	2	29	159	180	Суп гороховый с гренками 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	Макаронотварные с маслом
1	2	5	33	60	Салат из зелёного горошка
9	7	2	103	70	Гуляш с мясом
-	-	-	-	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.

