

Меню Дети Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |

Завтрак

| | | | | | |
|----|----|----|-----|------|----------------------------|
| 19 | 13 | 21 | 269 | 60 | Запеканка творожная |
| 2 | - | 10 | 47 | 20/5 | • Батон с маслом |
| 3 | 3 | 19 | 111 | 150 | Кофейный напиток на молоке |
| 4 | 4 | - | 54 | 6 | Сыр |
| 1 | 4 | 16 | 97 | 0,03 | Сметанная подлива |
| 3 | 2 | - | 31 | 20 | Яйцо |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | |
|----|----|----|-----|-----|-------------------------|
| 1 | 3 | 3 | 36 | 40 | Салат из свежей капусты |
| 1 | 5 | 10 | 49 | 150 | Суп вермишельевый 1сп |
| 14 | 16 | 16 | 221 | 150 | Рагу из кур |
| 1 | - | 10 | 43 | 20 | Хлеб ржано-пшеничный |
| 2 | - | 14 | 100 | 40 | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | 17 | 68 | 150 | Компот из сухофруктов |
| - | - | - | - | 5 | Соль |

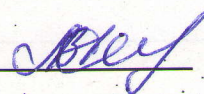
Полдник

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|------------------------------|
| 6 | 6 | 9 | 116 | 150 | Молоко кипяченое |
| 2 | 2 | 25 | 122 | 40 | Яблочный пирог "Скороспелка" |

Ужин

| | | | | | |
|---|---|----|----|------|--------------------|
| - | - | 14 | 54 | 150 | Чай с сахаром |
| 2 | 4 | 6 | 90 | 130 | Капуста тушеная |
| 2 | - | 11 | 75 | 0,03 | Хлеб пшеничный в/с |
| 9 | 5 | 3 | 90 | 50 | Рыба по-польски |

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети-сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |

Завтрак

| | | | | | |
|----|----|----|-----|------|----------------------------|
| 15 | 10 | 17 | 216 | 70 | Запеканка творожная |
| 2 | 4 | 15 | 104 | 30/5 | Батон с маслом |
| 3 | 2 | 16 | 92 | 180 | Кофейный напиток на молоке |
| 4 | 4 | - | 54 | 6 | Сыр |
| 1 | 4 | 16 | 97 | 0,03 | Сметанная подлива |
| 3 | 2 | - | 31 | 20 | Яйцо |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | |
|----|----|----|-----|-----|-------------------------|
| 1 | 3 | 4 | 50 | 60 | Салат из свежей капусты |
| 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 |
| 12 | 7 | 4 | 125 | 60 | Рыба по-польски |

Руководитель Демидова Л.В.

