

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр
6	8	34	223	150	Каша рисовая молочная
5	5	-	63	40	Яйцо

Завтрак 2

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

Обед

-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом
2	2	14	82	180	Суп с клецками со сметаной
5	5	38	220	140	Каша гречневая рассыпчатая
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
14	10	16	158	60	Котлета мясная

Полдник

5	4	7	90	150	Кефир
3	4	28	150	40	Печенье сдобное пресное

Ужин

7	8	31	218	150	Суп молочный с вермишелью
2	2	19	100	150	Чай с молоком
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В. _____

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

6	8	34	223	180	Каша рисовая молочная
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
2	-	16	86	100	Апельсин

Обед

-	2	1	24	60	Томаты свежие с растительным маслом
2	2	14	82	180	Суп с клецками со сметаной
14	10	16	158	80	Котлета мясная
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
5	5	38	220	170	Каша гречневая рассыпчатая

Полдник

5	4	16	118	150	Йогурт
4	4	33	181	60	Печенье сдобное пресное

Ужин

-	2	4	34	180	Суп молочный с вермишелью 2 сп
2	2	17	92	180	Чай с молоком
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В.

