

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

15	10	17	216	70	Запеканка творожная
4	4	20	127	150	Какао на молоке
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
4	4	-	54	7	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

1	3	3	36	40	Салат из свежей капусты
3	1	6	48	150	Суп картофельный с рыбой 2 сп
5	14	21	199	130	Картофельное пюре
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
10	10	4	141	50	Шницель (биточек) мясной паровой

Полдник

2	3	17	98	30	Печенье
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	1	15	70	48	зефир

Ужин

9	13	2	125	80	Омлет натуральный с маслом
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
-	3	3	156	40	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
4	4	20	127	150	Какао на молоке
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
4	4	-	54	7	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

1	3	4	50	60	Салат из свежей капусты
5	2	2	76	180	Суп картофельный с рыбой 1 сп
3	6	23	148	160	Картофельное пюре
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
10	10	4	141	60	Шницель (биточек) мясной паровой

Полдник

2	3	17	98	30	Печенье
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	1	15	70	48	зефир

Ужин

9	13	2	156	100	Омлет натуральный с маслом
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
-	3	3	156	40	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 