

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

6	8	30	174	150	Каша манная молочная
4	4	20	127	150	Какао на молоке
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
4	4	-	54	6	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом
2	5	11	91	150	Щи из свежей капусты со сметаной
13	19	36	361	150	Плов из кур
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

4	4	10	137	50	Плюшка "Московская"
5	4	16	118	150	Йогурт

Ужин

19	13	21	269	60	Запеканка творожная
2	3	17	98	20	сушка
2	2	19	100	150	Чай с молоком
1	1	6	32	20	Сгущенное молоко

Руководитель Демидова Л.В.



18 октября 2022 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

4	3	17	105	180	Какао на молоке
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
6	7	28	162	180	Каша манная молочная
4	4	-	54	6	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

-	2	1	24	60	Томаты свежие с растительным маслом
1	2	7	50	180	Щи из свежей капусты со сметаной
9	13	24	249	180	Плов из кур
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

4	6	43	232	60	Плюшка "Московская"
5	4	16	118	180	Йогурт

Ужин

15	10	17	216	70	Запеканка творожная
2	3	17	98	20	сушка
2	2	17	92	180	Чай с молоком
1	1	6	32	20	Сгущенное молоко

Руководитель Демидова Л.В.

