

19 марта 2024 г.

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

6	8	30	174	150	Каша манная молочная
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

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"
4	4	17	117	150	Снежок

Ужин

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
1	1	15	70	15	Печенье
-	-	3	3	150	Чай
1	1	6	32	20	Сгущенное молоко

Руководитель Демидова Л.В. 

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
6	7	28	162	180	Каша манная молочная
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

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"
4	2	15	93	180	Снежок

Ужин

19	13	21	269	100	Запеканка творожная
1	1	15	70	15	Печенье
-	-	3	3	180	Чай
1	1	6	32	20	Сгущенное молоко

Руководитель Демидова Л.В.

