

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
4	4	-	54	6	Сыр
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом

Завтрак 2

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

Обед

-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом
2	5	11	91	150	Щи из свежей капусты со сметаной
14	10	16	158	50	Котлета мясная
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
5	14	21	199	130	Картофельное пюре

Полдник

4	4	10	137	50	Плюшка "Московская"
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое

Ужин

19	13	21	269	60	Запеканка творожная
2	3	17	98	28	Печенье
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
-	2	7	43	0,02	Сметанная подлива

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

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

Завтрак 2

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

Обед

-	2	1	24	60	Томаты свежие с растительным маслом
1	2	7	50	180	Щи из свежей капусты со сметаной
14	10	16	158	50	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
3	6	23	148	160	Картофельное пюре

Полдник

4	6	43	232	60	Плюшка "Московская"
6	6	9	116	180	Молоко кипяченое

Ужин

15	10	17	216	70	Запеканка творожная
2	3	17	98	28	Печенье
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
-	2	7	43	0,02	Сметанная подлива

Руководитель Демидова Л.В.

