

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

7	8	31	218	150	Суп молочный с вермишелью
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед


1	4	15	89	150	Рассольник со сметаной
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом
5	14	21	199	130	Картофельное пюре
11	8	13	132	0,05	Котлета мясная

Полдник

61	38	53	426	40	Крендель сахарный
5	4	16	118	180	Йогурт

Ужин

12	7	4	125	60	Рыба по-польски
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
2	4	6	90	130	Капуста тушеная

Руководитель Демидова Л.В. 

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

-	2	4	34	180	Суп молочный с вермишелью 2 сп
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

2	6	15	118	180	Рассольник со сметаной
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	2	1	24	60	Томаты свежие с растительным маслом
12	8	14	138	0,07	Котлета мясная
3	6	23	148	160	Картофельное пюре

Полдник

61	38	53	426	60	Крендель сахарный
5	4	16	118	180	Йогурт

Ужин

12	7	4	125	70	Рыба по-польски
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
2	2	7	56	160	Капуста тушеная

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети сад(диета)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

-	2	4	34	180	Суп молочный с вермишелью 2 сп
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

2	6	15	118	180	Рассольник со сметаной
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	2	1	24	60	Томаты свежие с растительным маслом
12	8	14	138	0,07	Котлета мясная
3	6	23	148	160	Картофельное пюре

Полдник

61	38	53	426	60	Крендель сахарный
5	4	16	118	180	Йогурт

Ужин

4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
14	16	16	221	180	Капуста тушеная с мясом

Руководитель Демидова Л.В.

