

# Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

15	10	17	216
4	4	20	127
2	-	10	47
4	4	-	54

70	Запеканка творожная
150	Какао на молоке
20/5	Батон с маслом
10	Сыр

## Завтрак 2

-	-	13	51
1	1	15	66

100	Сок фруктовый
100	Яблоко

## Обед

-	2	1	19
3	1	6	48
5	14	21	199
-	-	17	68
1	-	10	43
2	-	14	100
-	-	-	-
10	10	4	141

40	Томаты свежие с растительным маслом
150	Суп картофельный с рыбой 2 сп
130	Картофельное пюре
150	Компот из сухофруктов
20	Хлеб ржано-пшеничный
40	Хлеб пшеничный в/с
5	Соль
60	Шницель (биточек) мясной паровой

## Полдник

2	3	17	98
6	6	9	116
1	1	15	70

30	сушка
150	Молоко кипяченое
48	зефир

## Ужин

9	13	2	125
4	1	24	111
-	-	14	54
-	2	2	32

80	Омлет натуральный с маслом
30	Хлеб пшеничный в/с
150	Чай с сахаром
50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 

22 декабря 2023 г.

# Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

19	13	21	269	100	Запеканка творожная
4	3	17	105	180	Какао на молоке
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
4	4	-	54	10	Сыр

## Завтрак 2

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

## Обед


-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом
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	сушка
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
-	2	2	32	50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 

# Меню Дети сад(диета)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

19	13	21	269	100	Запеканка творожная
4	3	17	105	180	Какао на молоке
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
4	4	-	54	10	Сыр

## Завтрак 2

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

## Обед

-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом
1	1	7	39	180	Суп картофельный 2 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	сушка
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
-	2	2	32	50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В.

