

Меню Дети Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |

Завтрак

| | | | | | |
|---|---|----|-----|------|-----------------------|
| 7 | 8 | 32 | 224 | 150 | Каша пшённая молочная |
| 2 | - | 10 | 47 | 20/5 | Батон с маслом |
| 2 | 2 | 19 | 100 | 150 | Чай с молоком |
| 4 | 4 | - | 54 | 10 | Сыр |

Завтрак 2

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

Обед


| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|--|
| 2 | 2 | 14 | 84 | 150 | Суп картофельный с макаронными изделиями |
| - | - | 17 | 68 | 150 | Компот из сухофруктов |
| 1 | - | 10 | 43 | 20 | Хлеб ржано-пшеничный |
| 2 | - | 14 | 100 | 40 | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | - | - | 5 | Соль |
| 1 | 3 | 3 | 36 | 40 | Салат из свежей капусты |
| 9 | 7 | 2 | 103 | 60 | Гуляш с мясом |
| 4 | 2 | 13 | 113 | 130 | Горошница |

Полдник

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|--------|
| 3 | 3 | 28 | 148 | 50 | Сдоба |
| 5 | 4 | 16 | 118 | 150 | Йогурт |

Ужин

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|--------------------|
| 3 | 4 | 26 | 145 | 150 | Картофель в молоке |
| 2 | 2 | 19 | 100 | 150 | Чай с молоком |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 30 | Хлеб пшеничный в/с |

Руководитель Демидова Л.В. 

Меню Дети-сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |

Завтрак

| | | | | | |
|---|---|----|-----|------|-----------------------|
| 6 | 6 | 26 | 179 | 180 | Каша пшённая молочная |
| 2 | 4 | 15 | 104 | 30/5 | Батон с маслом |
| 2 | 2 | 17 | 92 | 180 | Чай с молоком |
| 4 | 4 | - | 54 | 10 | Сыр |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|--|
| 2 | 2 | 10 | 63 | 180 | Суп картофельный с макаронными изделиями |
| - | - | 20 | 82 | 180 | Компот из сухофруктов |
| 1 | - | 10 | 43 | 20 | Хлеб ржано-пшеничный |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 50 | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | - | - | 5 | Соль |
| 1 | 3 | 4 | 50 | 60 | Салат из свежей капусты |
| 9 | 7 | 2 | 103 | 60 | Гуляш с мясом |
| 5 | 4 | 19 | 170 | 150 | Горошница |

Полдник

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|--------|
| 4 | 6 | 43 | 232 | 60 | Сдоба |
| 5 | 4 | 16 | 118 | 180 | Йогурт |

Ужин

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|--------------------|
| 3 | 4 | 26 | 145 | 150 | Картофель в молоке |
| 2 | 2 | 17 | 92 | 180 | Чай с молоком |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 30 | Хлеб пшеничный в/с |

Руководитель Демидова Л.В. 