

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

6	6	27	179	150	Каша "Дружба"
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	7	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
---	---	----	----	-----	---------------

Обед


1	3	3	36	40	Салат из свежей капусты
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
5	14	21	199	130	Картофельное пюре
3	1	6	48	150	Суп картофельный с рыбой 2 сп
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
7	2	8	81	50	Биточек "Морской"

Полдник

2	2	19	100	150	Чай с молоком
2	3	17	98	30	Печенье

Ужин

9	13	2	125	80	Омлет натуральный с маслом
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
-	2	2	32	50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

7	8	33	225	180	Каша "Дружба"
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	7	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
---	---	----	----	-----	---------------

Обед


1	3	4	50	60	Салат из свежей капусты
5	2	2	76	180	Суп картофельный с рыбой 1 сп
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
9	3	10	102	60	Биточек "Морской"
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
3	6	23	148	160	Картофельное пюре

Полдник

2	2	17	92	180	Чай с молоком
2	3	17	98	30	Печенье

Ужин

9	13	2	156	100	Омлет натуральный с маслом
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
-	2	2	32	50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 

24 мая 2024 г.

Меню Дети сад(диета)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

7	8	33	225
2	4	15	104
3	3	19	111
4	4	-	54

180	Каша "Дружба"
30/5	Батон с маслом
150	Кофейный напиток на молоке
7	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51
---	---	----	----

100	Сок фруктовый
-----	---------------

Обед

1	3	4	50
1	1	7	39
1	-	10	43
4	1	24	111
-	-	-	-
15	17	-	216
-	-	20	82
3	6	23	148

60	Салат из свежей капусты
180	Суп картофельный 2 сп
20	Хлеб ржано-пшеничный
50	Хлеб пшеничный в/с
5	Соль
0,08	Мясо отварное
180	Компот из сухофруктов
160	Картофельное пюре

Полдник

2	2	17	92
2	3	17	98

180	Чай с молоком
30	Печенье

Ужин

9	13	2	156
2	-	11	75
-	-	13	48
-	2	2	32

100	Омлет натуральный с маслом
0,03	Хлеб пшеничный в/с
180	Чай с сахаром
50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 