

## 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             |
| 3 | 3 | 19 | 111 | 150  | Кофейный напиток на молоке |
| 4 | 4 | -  | 54  | 6    | Сыр                        |
| 5 | 5 | -  | 63  | 40   | Яйцо                       |

### 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                       |
| 4 | 4 | 32 | 184 | 130 | Каша гречневая рассыпчатая               |
| - | - | -  | -   | 5   | Соль                                     |
| 1 | 2 | 5  | 33  | 40  | Салат из зелёного горошка                |
| 9 | 7 | 2  | 103 | 50  | Гуляш с мясом                            |

### Полдник

|   |   |    |     |     |         |
|---|---|----|-----|-----|---------|
| 3 | 3 | 28 | 148 | 50  | Сдоба   |
| 4 | 6 | 6  | 96  | 180 | Ряженка |

### 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             |
| 3 | 2 | 16 | 92  | 180  | Кофейный напиток на молоке |
| 4 | 4 | -  | 54  | 6    | Сыр                        |
| 5 | 5 | -  | 63  | 40   | Яйцо                       |

**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 | 5 | 38 | 220 | 140 | Каша гречневая рассыпчатая               |
| - | - | -  | -   | 5   | Соль                                     |
| 1 | 2 | 5  | 33  | 60  | Салат из зелёного горошка                |
| 9 | 7 | 2  | 103 | 60  | Гуляш с мясом                            |

**Полдник**

|   |   |    |     |     |         |
|---|---|----|-----|-----|---------|
| 3 | 3 | 28 | 148 | 50  | Сдоба   |
| 4 | 6 | 6  | 96  | 180 | Ряженка |

**Ужин**

|   |   |    |     |     |                        |
|---|---|----|-----|-----|------------------------|
| 4 | 5 | 29 | 166 | 180 | Картофель в молоке 1сп |
| 2 | 2 | 17 | 92  | 180 | Чай с молоком          |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 30  | Хлеб пшеничный в/с     |

Руководитель Демидова Л.В.

