

25 августа 2023 г.

# 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	10	Сыр

## Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
1	1	15	46	50	Яблоко

## Обед

1	4	5	55	50	Винегрет
8	8	9	150	60	Рыба припущенная
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

## Полдник

6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	7	11	113	40	Вафли

## 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

Руководитель Демидова Л.В. 

Белки	Жиры	Углеводы	ККал	Выход	Наименование блюда

Меню Дети Ясли

25 августа 2023 г.

## 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	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

### Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
1	1	15	46	50	Яблоко

### Обед

-	3	4	40	60	Винегрет
5	2	2	76	180	Суп картофельный с рыбой 1 сп
8	8	9	150	80	Рыба припущенная
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
3	6	23	148	160	Картофельное пюре
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов

### Полдник

6	6	9	116	180	Молоко кипяченое
1	7	11	113	40	Вафли

### 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

Руководитель Демидова Л.В.





# Меню Дети сад(диета)

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	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

## Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
1	1	15	46	50	Яблоко

## Обед

-	3	4	40	60	Винегрет
1	1	7	39	180	Суп картофельный 2 сп
13	15	-	189	80	Куры отварные
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
3	6	23	148	160	Картофельное пюре
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов

## Полдник

6	6	9	116	180	Молоко-кипяченое
1	7	11	113	40	Вафли

## 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

Руководитель Демидова Л.В.


