

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

19	13	21	269	60	Запеканка творожная
4	4	20	127	150	Какао на молоке
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
4	4	-	54	6	Сыр
1	1	6	32	20	Сгущеное молоко

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
2	-	16	86	50	Апельсин

Обед

1	4	5	55	50	Винегрет
1	4	5	57	150	Щи из свежей капусты с картофелем
10	10	4	141	50	Шницель (биточек) мясной паровой
5	14	21	199	130	Картофельное пюре
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

-	-	-	-	30	пряник
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	1	15	70	0,048	зефир

Ужин

9	13	2	125	80	Омлет натуральный с маслом
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
1	4	4	54	0,05	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

15	10	17	216	70	Запеканка творожная
4	3	17	105	180	Какао на молоке
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
4	4	-	54	6	Сыр
1	2	11	66	30	Сгущенное молоко

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
2	-	16	86	50	Апельсин

Обед

-	3	4	40	60	Винегрет
2	6	8	91	180	Щи из свежей капусты с картофелем
10	10	4	141	60	Шницель (биточек) мясной паровой
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

Полдник

-	-	-	-	30	пряник
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	1	15	70	0,048	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
1	4	4	54	0,05	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В.