

# Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

5	12	32	264	150	Каша геркулесовая молочная
1	3	11	74	0,025	Батон с маслом
3	3	14	88	0,15	Какао на молоке
4	4	-	54	10	Сыр
5	5	-	63	40	Яйцо

## Завтрак 2

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

## Обед

2	5	11	99	150	Свекольник со сметаной и яйцом 1 сп
13	19	36	361	150	Плов из кур
-	-	17	68	0,15	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
3	1	19	89	0,04	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	2	2	32	50	Кабачковая икра
2	4	3	53	40	Салат из свеклы с сыром

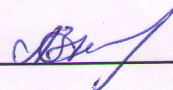
## Полдник

2	3	30	149	50	Ватрушка с повидлом
-	-	18	93	180	Кисель

## Ужин

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
-	-	3	3	150	Чай
-	3	11	65	30	Сметанная подлива
1	7	11	113	20	Вафли

Руководитель Демидова Л.В.





**Меню Дети-сад**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

**Завтрак**

4	10	26	211	180	Каша геркулесовая молочная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
4	4	20	127	150	Какао на молоке
4	4	-	54	10	Сыр
5	5	-	63	40	Яйцо

**Завтрак 2**

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

**Обед**

1	3	7	58	180	Свекольник со сметаной и яйцом
9	13	24	249	180	Плов из кур
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	2	2	32	50	Кабачковая икра
3	6	4	80	60	Салат из свеклы с сыром

**Полдник**

3	5	37	193	60	Ватрушка с повидлом
-	-	18	93	180	Кисель

**Ужин**

19	13	21	269	100	Запеканка творожная
1	7	11	113	20	Вафли
-	-	3	3	180	Чай
-	3	11	65	30	Сметанная подлива

Руководитель Демидова Л.В.

