

27 июля 2022 г.

# Меню Дети Ясли

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |

## Завтрак

|   |   |    |     |      |                            |
|---|---|----|-----|------|----------------------------|
| 7 | 8 | 31 | 218 | 150  | Суп молочный с вермишелью  |
| 2 | - | 10 | 47  | 20/5 | Батон с маслом             |
| 3 | 3 | 19 | 111 | 150  | Кофейный напиток на молоке |
| 4 | 4 | -  | 54  | 6    | Сыр                        |

## Завтрак 2

|   |   |    |    |     |               |
|---|---|----|----|-----|---------------|
| - | - | 13 | 51 | 100 | Сок фруктовый |
| 1 | 1 | 15 | 66 | 100 | Яблоко        |

## Обед

|    |    |    |     |     |                         |
|----|----|----|-----|-----|-------------------------|
| 1  | 4  | 15 | 89  | 150 | Рассольник со сметаной  |
| 13 | 19 | 36 | 361 | 150 | Плов из кур             |
| -  | -  | 17 | 68  | 150 | Компот из сухофруктов   |
| 1  | -  | 10 | 43  | 20  | Хлеб ржано-пшеничный    |
| 2  | -  | 14 | 100 | 40  | Хлеб пшеничный в/с      |
| -  | -  | -  | -   | 5   | Соль                    |
| -  | 4  | 1  | 40  | 50  | Салат из свежих огурцов |

## Полдник

|    |    |    |     |     |                   |
|----|----|----|-----|-----|-------------------|
| 61 | 38 | 53 | 426 | 40  | Крендель сахарный |
| 4  | 2  | 15 | 93  | 180 | Снежок            |

## Ужин

|   |   |    |     |     |                    |
|---|---|----|-----|-----|--------------------|
| 9 | 5 | 3  | 90  | 50  | Рыба по-польски    |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 30  | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | 14 | 54  | 150 | Чай с сахаром      |
| 2 | 4 | 6  | 90  | 130 | Капуста тушеная    |

Руководитель Демидова Л.В.

**Меню Дети-сад**

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |

**Завтрак**

|   |   |    |     |      |                                |
|---|---|----|-----|------|--------------------------------|
| - | 2 | 4  | 34  | 180  | Суп молочный с вермишелью 2 сп |
| 2 | 4 | 15 | 104 | 30/5 | Батон с маслом                 |
| 3 | 2 | 16 | 92  | 180  | Кофейный напиток на молоке     |
| 4 | 4 | -  | 54  | 6    | Сыр                            |

**Завтрак 2**

|   |   |    |    |     |               |
|---|---|----|----|-----|---------------|
| - | - | 13 | 51 | 100 | Сок фруктовый |
| 1 | 1 | 15 | 66 | 100 | Яблоко        |

**Обед**

|   |    |    |     |     |                         |
|---|----|----|-----|-----|-------------------------|
| 2 | 6  | 15 | 118 | 180 | Рассольник со сметаной  |
| 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  | 1  | 27  | 60  | Салат из свежих огурцов |

**Полдник**

|    |    |    |     |     |                    |
|----|----|----|-----|-----|--------------------|
| 61 | 38 | 53 | 426 | 60  | Крендель сахарный* |
| 4  | 2  | 15 | 93  | 180 | Снежок             |

**Ужин**

|   |   |    |     |     |                    |
|---|---|----|-----|-----|--------------------|
| 9 | 5 | 3  | 90  | 50  | Рыба по-польски    |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 30  | Хлеб пшеничный в/с |
| - | - | 13 | 48  | 180 | Чай с сахаром      |
| 2 | 2 | 7  | 56  | 160 | Капуста тушеная    |

Руководитель Демидова Л.В. 