

27 декабря 2022 г.

Меню Дети Ясли

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

Завтрак

| | | | | | |
|---|---|----|-----|------|----------------------|
| 6 | 8 | 30 | 174 | 150 | Каша манная молочная |
| 4 | 4 | 20 | 127 | 150 | Какао на молоке |
| 2 | - | 10 | 47 | 20/5 | Батон с маслом |
| 4 | 4 | - | 54 | 10 | Сыр |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | |
|----|----|----|-----|-----|----------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 38 | 40 | Салат из свеклы |
| 2 | 5 | 11 | 91 | 150 | Щи из свежей капусты 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 |
| - | 2 | 2 | 32 | 50 | Кабачковая икра |

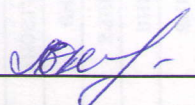
Полдник

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|-----------|
| 2 | 3 | 17 | 98 | 40 | Печенье |
| 5 | 4 | 16 | 118 | 180 | Йогурт |
| - | - | - | - | 15 | Шоколадка |

Ужин

| | | | | | |
|----|----|----|-----|-----|---------------------|
| 19 | 13 | 21 | 269 | 60 | Запеканка творожная |
| 2 | 2 | 19 | 100 | 150 | Чай с молоком |
| - | 3 | 11 | 65 | 20 | Сметанная подлива |

Руководитель Демидова Л.В.



27 декабря 2022 г.

Меню Дети-сад

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

Завтрак

| | | | | | |
|---|---|----|-----|------|----------------------|
| 4 | 3 | 17 | 105 | 180 | Какао на молоке |
| 2 | 4 | 15 | 104 | 30/5 | Батон с маслом |
| 6 | 7 | 28 | 162 | 180 | Каша манная молочная |
| 4 | 4 | - | 54 | 10 | Сыр |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | |
|---|----|----|-----|-----|----------------------------------|
| 1 | 3 | 4 | 50 | 60 | Салат из свеклы |
| 1 | 2 | 7 | 50 | 180 | Щи из свежей капусты 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 | 2 | 32 | 50 | Кабачковая икра |

Полдник

| | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|-----------|
| 2 | 3 | 17 | 98 | 40 | Печенье |
| 5 | 4 | 16 | 118 | 200 | Йогурт |
| - | - | - | - | 15 | Шоколадка |

Ужин

| | | | | | |
|----|---|----|-----|-----|---------------------|
| 2 | 2 | 17 | 92 | 180 | Чай с молоком |
| - | 3 | 11 | 65 | 20 | Сметанная подлива |
| 14 | 9 | 15 | 198 | 80 | Запеканка творожная |

Руководитель Демидова Л.В.

