

# 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  | 7    | Сыр                        |

## Завтрак 2

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

## Обед

|   |    |    |     |     |                               |
|---|----|----|-----|-----|-------------------------------|
| 1 | 4  | 5  | 55  | 50  | Винегрет                      |
| 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         |
| 8 | 8  | 9  | 150 | 70  | Рыба припущенная              |

## Полдник

|   |   |    |     |     |                  |
|---|---|----|-----|-----|------------------|
| 6 | 6 | 9  | 116 | 150 | Молоко кипяченое |
| 2 | 3 | 17 | 98  | 30  | сушка            |

## 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              |
| - | 2  | 2  | 32  | 50   | Кабачковая икра            |

Руководитель Демидова Л.В.



**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  | 7    | Сыр                        |

**Завтрак 2**

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

**Обед**

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

**Полдник**

|   |   |    |     |     |                  |
|---|---|----|-----|-----|------------------|
| 6 | 6 | 9  | 116 | 150 | Молоко кипяченое |
| 2 | 3 | 17 | 98  | 30  | сушка            |

**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              |
| - | 2  | 2  | 32  | 50   | Кабачковая икра            |

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 | 3 | 19 | 111 | 150  | Кофейный напиток на молоке |
| 4 | 4 | -  | 54  | 7    | Сыр                        |

**Завтрак 2**

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

**Обед**

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

**Полдник**

|   |   |    |     |     |                  |
|---|---|----|-----|-----|------------------|
| 6 | 6 | 9  | 116 | 150 | Молоко кипяченое |
| 2 | 3 | 17 | 98  | 30  | сушка            |

**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              |
| - | 2  | 2  | 32  | 50   | Кабачковая икра            |

Руководитель Демидова Л.В.

