

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	6	Сыр

Завтрак 2

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

Обед


1	2	3	35	40	Салат из свеклы с солеными огурцами
8	8	9	150	50	Рыба припущенная
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
5	4	19	170	150	Горошница
3	1	6	48	150	Суп картофельный с рыбой 2 сп
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов

Полдник

2	3	17	98	20	сушка
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	1	15	70	0,048	зефир

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	26	0,04	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 

30 сентября 2022 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

7	8	33	225	160	Каша "Дружба"
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	46	50	Яблоко

Обед

1	4	4	52	60	Салат из свеклы с солеными огурцами
5	2	2	76	180	Суп картофельный с рыбой 1 сп
8	8	9	150	50	Рыба припущенная
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
5	4	19	170	150	Горошница
-	-	18	73	•0,16	Компот из сухофруктов

Полдник

2	3	17	98	20	сушка
6	6	9	116	180	Молоко кипяченое
1	1	15	70	0,048	зефир

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	26	0,04	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 