

# Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

7	8	32	224	150	Каша пшённая молочная
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
2	2	19	100	150	Чай с молоком
4	4	-	54	10	Сыр .

## Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
-	-	10	55	40	Груша

## Обед

2	2	14	84	150	Суп картофельный с макаронными изделиями
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
4	4	32	184	130	Каша гречневая рассыпчатая
-	-	-	-	5	Соль
-	2	-	18	40	Салат из соленых огурцов
9	7	2	103	60	Гуляш с мясом

## Полдник

3	3	28	148	50	Сдоба
5	4	16	118	180	Йогурт

## Ужин

3	4	26	145	150	Картофель в молоке
2	2	19	100	150	Чай с молоком
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В. 



# Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

6	6	26	179	180	Каша пшённая молочная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
2	2	17	92	180	Чай с молоком
4	4	-	54	10	Сыр

## Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
-	-	10	55	40	Груша

## Обед

2	2	10	63	180	Суп картофельный с макаронными изделиями
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
5	5	38	220	140	Каша гречневая рассыпчатая
-	-	-	-	5	Соль
-	1	-	13	60	Салат из соленых огурцов
9	7	2	103	70	Гуляш с мясом

## Полдник

4	6	43	232	60	Сдоба
5	4	16	118	180	Йогурт

## Ужин

4	5	29	166	180	Картофель в молоке 1сп
2	2	17	92	180	Чай с молоком
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В. 