

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

5	12	32	264	150	Каша геркулесовая молочная
1	3	11	74	0,025	Батон с маслом
3	3	14	88	0,15	Какао на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

2	5	11	99	150	Свекольник со сметаной и яйцом 1 сп
13	19	36	361	150	Плов из кур
-	-	17	68	0,15	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
3	1	19	89	0,04	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	2	2	32	50	Кабачковая икра

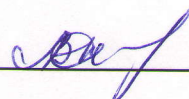
Полдник

4	9	33	217	40	Булочка с крошкой
-	-	18	93	180	Кисель

Ужин

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
-	-	3	3	150	Чай
-	3	11	65	30	Сметанная подлива
1	1	15	70	15	Печенье

Руководитель Демидова Л.В.



19-100
13-100**Меню Дети-сад**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

5	12	32	264	180	Каша геркулесовая молочная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
4	4	20	127	150	Какао на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

1	3	7	58	180	Свекольник со сметаной и яйцом
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

5	11	39	260	60	Булочка с крошкой
-	-	18	93	180	Кисель

Ужин

19	13	21	269	100	Запеканка творожная
2	3	17	98	30	Печенье
-	-	3	3	180	Чай
-	3	11	65	30	Сметанная подлива

Руководитель Демидова Л.В.