

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
5	5	-	63	40	Яйцо
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
---	---	----	----	-----	---------------

Обед

2	5	11	99	150	Свекольник со сметаной и яйцом 1 сп
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	1	30	40	Салат из свежих помидоров и огурцов

Полдник

2	2	19	100	150	Чай с молоком
61	38	53	426	40	Крендель сахарный

Ужин

15	10	17	216	70	Запеканка творожная
-	-	3	3	150	Чай
1	1	6	32	20	Сгущенное молоко
-	-	-	-	20	Батон

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

4	10	26	211	180	Каша геркулесовая молочная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
4	3	17	105	180	Какао на молоке
5	5	-	63	40	Яйцо
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	13	51	100	Сок фруктовый
---	---	----	----	-----	---------------

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
1	4	2	43	60	Салат из свежих помидоров и огурцов

Полдник

2	2	17	92	180	Чай с молоком
61	38	53	426	60	Крендель сахарный

Ужин

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
-	-	3	3	180	Чай
1	2	11	66	30	Сгущенное молоко
-	-	1	5	30	Батон

Руководитель Демидова Л.В.

