

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
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

1	1	15	66	100	Яблоко
---	---	----	----	-----	--------

Обед

1	2	8	56	150	Суп крестьянский 2 сп
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
10	7	11	113	0,05	Котлета мясная
4	2	13	113	130	Горошница
-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом

Полдник

-	-	-	-	65	пряник
5	4	16	118	180	Йогурт

Ужин

5	7	42	243	130	Макароны отварные с маслом
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	3	3	156	30	Кабачковая икра

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
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

1	1	15	66	100	Яблоко
---	---	----	----	-----	--------

Обед

2	5	13	98	180	Суп крестьянский 1 сп
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
14	10	16	158	50	Котлета мясная
5	4	19	170	150	Горошница
-	2	1	24	60	Томаты свежие с растительным маслом

Полдник

-	-	-	-	65	пряник
5	4	16	118	180	Йогурт

Ужин

3	5	28	162	150	Макароны отварные с маслом
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	3	3	156	30	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В.

