

# Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
14	9	15	198	80	Запеканка творожная
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
-	3	11	65	20	Сметанная подлива
4	4	-	54	10	Сыр

## Завтрак 2

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

## Обед


-	1	-	13	60	Салат из соленых огурцов
1	5	10	49	150	Суп вермишелевый 1сп
10	13	14	211	180	Рагу из мяса
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
-	-	-	-	5	Соль

## Полдник

6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	7	11	113	35	Вафли

## Ужин

-	-	14	54	150	Чай с сахаром
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
2	4	6	90	130	Капуста тушеная

Руководитель Демидова Л.В. 

## Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

### Завтрак

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
-	3	11	65	20	Сметанная подлива
4	4	-	54	10	Сыр

### Завтрак 2

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

### Обед

-	2	-	18	40	Салат из соленых огурцов
1	5	10	49	150	Суп вермишельевый 1сп
10	13	14	211	180	Рагу из мяса
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
-	-	-	-	5	Соль

### Полдник

6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	7	11	113	35	Вафли

### Ужин

-	-	13	48	180	Чай с сахаром
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
2	4	6	90	130	Капуста тушеная

Руководитель Демидова Л.В. 