

# Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

6	6	27	179	150	Каша "Дружба"
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

## Завтрак 2

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

## Обед

1	4	5	55	50	Винегрет
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
5	14	21	199	130	Картофельное пюре
10	2	18	147	150	Суп рыбный "Лосось"
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
14	10	16	158	60	Котлета мясная
-	-	-	-	5	Соль

## Полдник

6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
2	3	17	98	30	Печенье
1	1	15	70	49	зефир

## Ужин

9	13	2	125	80	Омлет натуральный с маслом
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
-	2	2	32	50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В.



# Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
7	8	33	225	180	Каша "Дружба"
4	4	-	54	10	Сыр

## Завтрак 2

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

## Обед

-	3	4	40	60	Винегрет
8	2	14	137	180	Суп рыбный "Лосось"
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
14	10	16	158	70	Котлета мясная
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
3	6	23	148	160	Картофельное пюре
-	-	-	-	5	Соль

## Полдник

2	3	17	98	30	Печенье
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	1	15	70	49	зефир

## Ужин

4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
9	13	2	156	100	Омлет натуральный с маслом
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
-	2	2	32	50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В. 