

# Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

7	8	32	223	150	Каша ячневая молочная
4	4	20	127	150	Какао на молоке
-	-	-	3	5	Масло слив.
4	4	-	54	10	Сыр
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

## Завтрак 2

2	-	16	86	100	Апельсин
---	---	----	----	-----	----------

## Обед


3	1	6	48	150	Суп картофельный с рыбой 2 сп
-	-	13	75	150	Сок фруктовый
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
1	4	5	55	50	Винегрет
5	14	21	199	130	Картофельное пюре
14	10	16	158	60	Котлета мясная

## Полдник

11	4	76	390	25	сухарики
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
1	1	15	70	49	зефир

## Ужин

4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
9	13	2	125	80	Омлет натуральный с маслом

Руководитель Демидова Л.В. 

**Меню Дети-сад**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

**Завтрак**

7	8	32	223	180	Каша ячневая молочная
4	4	20	127	150	Какао на молоке
-	-	-	3	5	Масло слив.
4	4	-	54	10	Сыр
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

**Завтрак 2**

2	-	16	86	100	Апельсин
---	---	----	----	-----	----------

**Обед**

5	2	2	76	180	Суп картофельный с рыбой 1 сп
-	-	13	75	150	Сок фруктовый
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
-	-	-	-	5	Соль
3	6	23	148	160	Картофельное пюре
-	3	4	40	60	Винегрет
14	10	16	158	70	Котлета мясная
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с

**Полдник**

11	4	76	390	25	сухарики
6	6	9	116	180	Молоко кипяченое
1	1	15	70	49	зефир

**Ужин**

4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
9	13	2	156	100	Омлет натуральный с маслом

Руководитель Демидова Л.В.

