

# 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

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

## Обед

1	4	2	41	40	Салат "Зимний"
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
4	4	32	184	130	Каша перловая рассыпчатая
3	1	6	48	150	Суп картофельный с рыбой 2 сп
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
8	8	9	150	60	Рыба припущенная
-	-	-	-	5	Соль

## Полдник

6	6	9	116	150	Молоко кипяченое
2	3	17	98	30	сушка
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

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**

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

**Обед**

1	4	2	41	60	Салат "Зимний"
5	2	2	76	180	Суп картофельный с рыбой 1 сп
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
8	8	9	150	80	Рыба припущенная
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
5	5	38	220	160	Каша перловая рассыпчатая
-	-	-	-	5	Соль

**Полдник**

2	3	17	98	30	сушка
6	6	9	116	180	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

Руководитель Демидова Л.В.

