

# **Меню Дети Ясли**

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |

## **Завтрак**

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

## **Завтрак 2**

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

## **Обед**

|   |    |    |     |     |                                     |
|---|----|----|-----|-----|-------------------------------------|
| - | 2  | 1  | 19  | 40  | Томаты свежие с растительным маслом |
| 1 | -  | 10 | 43  | 20  | Хлеб ржано-пшеничный                |
| 2 | -  | 14 | 100 | 40  | Хлеб пшеничный в/с                  |
| 5 | 14 | 21 | 199 | 130 | Картофельное пюре                   |
| 1 | 2  | 8  | 56  | 150 | Суп крестьянский 2 сп               |
| - | -  | 13 | 75  | 150 | Сок фруктовый                       |
| 8 | 8  | 9  | 150 | 50  | Рыба припущенная                    |
| - | -  | -  | -   | 5   | Соль                                |

## **Полдник**

|   |   |    |    |     |               |
|---|---|----|----|-----|---------------|
| - | - | 14 | 54 | 150 | Чай с сахаром |
| 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         |
| - | -  | 17 | 68  | 150  | Компот из сухофруктов      |
| - | 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  | 2 | 16 | 92  | 180  | Кофейный напиток на молоке |
| 14 | 9 | 15 | 198 | 80   | Запеканка творожная        |
| 4  | 4 | -  | 54  | 10   | Сыр                        |
| -  | 3 | 11 | 65  | 20   | Сметанная подлива          |

**Завтрак 2**

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

**Обед**

|   |   |    |     |     |                                     |
|---|---|----|-----|-----|-------------------------------------|
| - | 2 | 1  | 24  | 60  | Томаты свежие с растительным маслом |
| 2 | 5 | 13 | 98  | 180 | Суп крестьянский 1 сп               |
| 1 | - | 10 | 43  | 20  | Хлеб ржано-пшеничный                |
| 4 | 1 | 24 | 111 | 50  | Хлеб пшеничный в/с                  |
| 8 | 8 | 9  | 150 | 50  | Рыба припущенная                    |
| - | - | 26 | 102 | 0,2 | Сок фруктовый                       |
| 3 | 6 | 23 | 148 | 160 | Картофельное пюре                   |
| - | - | -  | -   | 5   | Соль                                |

**Полдник**

|   |   |    |    |     |               |
|---|---|----|----|-----|---------------|
| 2 | 3 | 17 | 98 | 30  | сушка         |
| - | - | 13 | 48 | 180 | Чай с сахаром |
| 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 |
| - | -  | 20 | 82  | 180 | Компот из сухофруктов      |
| - | 2  | 2  | 32  | 50  | Кабачковая икра            |

Руководитель Демидова Л.В.

