

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

9	9	37	252	150	Каша гречневая молочная
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке

Завтрак 2

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

Обед

4	1	19	100	150	Суп гороховый с гречками 2 сп
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
18	24	18	299	160	Капуста тушеная с мясом
-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом
-	-	-	-	5	Соль
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов

Полдник

5	4	16	118	180	Йогурт
7	8	34	251	45/15	Бисквит со сгущенным молоком

Ужин

7	8	32	223	150	Каша ячневая молочная
2	2	19	100	150	Чай с молоком
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

9	9	37	252	180	Каша гречневая молочная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке

Завтрак 2

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

Обед

7	2	29	159	180	Суп гороховый с гречками 1 сп
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
14	16	16	221	180	Капуста тушеная с мясом
-	2	1	24	60	Томаты свежие с растительным маслом
-	-	-	-	5	Соль
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов

Полдник

5	4	16	118	180	Йогурт
7	8	34	251	55/20	Бисквит со сгущенным молоком

Ужин

7	8	32	223	180	Каша ячневая молочная
2	2	17	92	180	Чай с молоком
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с

Руководитель Демидова Л.В.

