

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

7	8	31	218	150	Суп молочный с вермишелью
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
4	4	20	127	150	Какао на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

1	4	15	89	150	Рассольник со сметаной
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
1	2	3	38	40	Салат из свеклы
10	10	4	141	60	Шницель (биточек) мясной паровой
-	-	13	75	150	Сок фруктовый
5	5	38	220	140	Каша гречневая рассыпчатая

Полдник

-	-	-	-	65	пряник
5	4	16	118	180	Йогурт

Ужин

4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
2	4	6	90	130	Капуста тушеная
8	8	9	150	50	Рыба припущенная

Руководитель Демидова Л.В. _____

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

-	2	4	34	180	Суп молочный с вермишелью 2 сп
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
4	3	17	105	180	Какао на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

2	6	15	118	180	Рассольник со сметаной
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
1	3	4	50	60	Салат из свеклы
10	10	4	141	70	Шницель (биточек) мясной паровой
-	-	13	75	150	Сок фруктовый
5	5	38	220	170	Каша гречневая рассыпчатая

Полдник

-	-	-	-	65	пряник
5	4	16	118	180	Йогурт

Ужин

8	8	9	150	80	Рыба припущенная
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
2	4	6	90	130	Капуста тушеная

Руководитель Демидова Л.В. _____