

# Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

## Завтрак

5	12	32	264	150	Каша геркулесовая молочная
1	3	11	74	0,025	Батон с маслом
3	3	14	88	0,15	Какао на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

## Завтрак 2

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

## Обед

2	5	11	99	150	Свекольник со сметаной и яйцом 1 сп
13	19	36	361	150	Плов из кур
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
3	1	19	89	0,04	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	2	-	18	40	Салат из соленых огурцов

## Полдник

4	4	17	117	150	Снежок
1	7	11	113	35	Вафли

## Ужин

15	10	17	216	70	Запеканка творожная
-	-	3	3	150	Чай
-	3	11	65	20	Сметанная подлива
-	-	-	-	20	Батон

Руководитель Демидова Л.В.



**Меню Дети-сад**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

**Завтрак**

4	10	26	211	180	Каша геркулесовая молочная
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**

1	3	7	58	180	Свекольник со сметаной и яйцом
9	13	24	249	180	Плов из кур
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	1	-	13	60	Салат из соленых огурцов

**Полдник**

4	2	15	93	180	Снежок
1	7	11	113	35	Вафли

**Ужин**

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
-	-	3	3	180	Чай
-	3	11	65	20	Сметанная подлива
-	-	1	5	30	Батон

Руководитель Демидова Л.В.

