

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

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

Завтрак 2

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

Обед

2	1	10	52	150	Борщ с фасолью со сметаной 2 сп
11	15	19	254	150	Мясо тушёное с овощами
-	-	13	75	150	Сок фруктовый
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
-	4	1	40	50	Салат из свежих огурцов

Полдник

-	-	-	-	65	пряник
2	2	19	100	150	Чай с молоком

Ужин

9	5	3	90	70	Рыба по-польски
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов

Руководитель Демидова Л.В. 

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

19	13	21	269	100	Запеканка творожная
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	2	16	92	180	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр
-	3	11	65	20	Сметанная подлива

Завтрак 2

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

Обед

3	2	16	88	180	Борщ с фасолью со сметаной 1 сп
13	19	23	306	160	Мясо тушёное с овощами
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	13	75	150	Сок фруктовый
-	-	-	-	5	Соль
-	2	1	27	60	Салат из свежих огурцов

Полдник

-	-	-	-	65	пряник
2	2	19	100	150	Чай с молоком

Ужин

12	7	4	125	90	Рыба по-польски
4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов

Руководитель Демидова Л.В.

