

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

15	10	17	216	70	Запеканка творожная
4	4	20	127	150	Какао на молоке
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
-	-	14	53	20	Повидло
4	4	54	54	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	10	47	100	Груша
---	---	----	----	-----	-------

Обед

10	2	18	147	150	Суп рыбный "Лосось"
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
5	5	38	220	140	Каша гречневая рассыпчатая
-	2	1	24	60	Томаты свежие с растительным маслом
10	10	4	141	60	Шницель (биточек) мясной паровой

Полдник

2	3	17	98	30	Печенье
6	6	9	116	150	Молоко кипяченое

Ужин

4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	14	54	150	Чай с сахаром
9	13	2	125	80	Омлет натуральный с маслом

Руководитель Демидова Л.В.



Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

14	9	15	198	80	Запеканка творожная
4	4	20	127	150	Какао на молоке
2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
-	-	14	53	20	Повидло
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

-	-	10	47	100	Груша
---	---	----	----	-----	-------

Обед

8	2	14	137	180	Суп рыбный "Лосось"
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
-	-	-	-	5	Соль
5	5	38	220	170	Каша гречневая рассыпчатая
-	2	1	19	40	Томаты свежие с растительным маслом
10	10	4	141	70	Шницель (биточек) мясной паровой

Полдник

2	3	17	98	30	Печенье
6	6	9	116	180	Молоко кипяченое

Ужин

4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
9	13	2	156	100	Омлет натуральный с маслом
-	2	2	32	50	Кабачковая икра

Руководитель Демидова Л.В.

