

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

6	6	27	179	150	Каша "Дружба"
2	-	10	47	20/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

-	4	1	40	50	Салат из свежих огурцов
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
2	-	14	100	40	Хлеб пшеничный в/с
5	14	21	199	130	Картофельное пюре
3	1	6	48	150	Суп картофельный с рыбой 2 сп
-	-	17	68	150	Компот из сухофруктов
8	8	9	150	60	Рыба припущенная
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

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

Ужин

9	13	2	125	80	Омлет натуральный с маслом
2	-	11	75	0,03	Хлеб пшеничный в/с
2	2	19	100	150	Чай с молоком

Руководитель Демидова Л.В. _____

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

2	4	15	104	30/5	Батон с маслом
3	3	19	111	150	Кофейный напиток на молоке
7	8	33	225	180	Каша "Дружба"
4	4	-	54	10	Сыр

Завтрак 2

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

Обед

-	2	1	27	60	Салат из свежих огурцов
5	2	2	76	180	Суп картофельный с рыбой 1 сп
1	-	10	43	20	Хлеб ржано-пшеничный
4	1	24	111	50	Хлеб пшеничный в/с
8	8	9	150	70	Рыба припущенная
-	-	20	82	180	Компот из сухофруктов
3	6	23	148	160	Картофельное пюре
-	-	-	-	5	Соль

Полдник

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

Ужин

4	1	24	111	30	Хлеб пшеничный в/с
9	13	2	156	100	Омлет натуральный с маслом
2	2	17	92	180	Чай с молоком

Руководитель Демидова Л.В. 