

### Меню Ясли

### Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

5	6	22	157	0,180		Суп молочный с вермишелью
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом
3	2	11	77	0,150		Чай с молоком 1

6	7	25	174	0,200		Суп молочный с вермишелью
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом
3	2	14	89	0,180		Чай с молоком 1

#### Обед

1	2	9	58	150		Рассольник домашний со сметаной
2	3	23	122	0,130		Картофель тушеный с луком и томатом
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный
1	-	9	38	0,020		Хлеб ржаной
12	14	2	192	48		Печень по-строгановски
1	1	2	22	40		Салат "Школьный"
-	-	21	82	0,150		Напиток из плодов шиповника

#### Обед

13	3	10	70	0,180		Рассольник домашний со сметаной
3	3	27	141	150		Картофель тушеный с луком и томатом
2	1	17	86	40		Хлеб пшеничный 1
2	-	11	47	0,025		хлеб ржаной
14	17	3	237	55		Печень по-строгановски
1	3	5	54	50		Салат "Школьный"
-	-	21	82	0,150		Напиток из плодов шиповника

#### Второй завтрак

1	-	10	42	100		Сок натуральный
---	---	----	----	-----	--	-----------------

#### Второй завтрак

1	-	10	42	100		Сок натуральный
---	---	----	----	-----	--	-----------------

#### Полдник

3	6	30	184	50		Сметанник
5	5	9	102	180		Молоко кипяченое

#### Полдник

4	9	39	248	60		Сметанник
6	5	10	133	0,200		Молоко кипяченое

#### Ужин

4	5	11	98	0,150		Капуста запеченная под бешамелью
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный
1	-	9	38	0,020		Хлеб ржаной
-	-	7	28	0,150		Чай с сахаром/2
-	-	10	44	0,100		Яблоки

#### Ужин

4	5	12	112	0,170		Капуста запеченная под бешамелью
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный
2	-	11	47	0,025		хлеб ржаной
-	-	10	42	0,180		Чай с сахаром/2
-	-	10	44	0,100		Яблоки

42 47 202 1 373

62 58 245 1 694