

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
-	-	4	17	0,030		Морковь протертая с сахаром
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом
4	5	20	134	0,150		Каша "Дружба"
3	3	13	89	150		Какао с молоком

Завтрак

-	-	4	17	0,030		Морковь протертая с сахаром
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом
4	5	20	134	0,150		Каша "Дружба"
3	3	13	89	150		Какао с молоком

Обед

1	2	10	65	0,150		Борщ красный со сметаной
9	4	24	162	0,110		Гороховое пюре
12	5	1	99	0,030		Гуляш из печени
2	1	17	86	40		Хлеб пшеничный 1
1	-	9	38	0,020		Хлеб ржаной
-	-	21	82	0,150		Компот из сухофруктов
1	2	4	36	0,040		Салат витаминный

Второй завтрак

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

Полдник

2	3	19	104	25		Печенье промышленного производства
5	5	9	102	180		Молоко кипяченое

Ужин

1	2	3	38	40		Салат из свеклы
2	5	10	107	0,110		Картофельное пюре
5	5	3	73	0,050		Биточки рыбно-овощные
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный
1	-	9	38	0,020		Хлеб ржаной
-	-	18	67	150		Кисель из концентрата

53 42 214 1 426

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
-	-	6	23	40		Морковь протертая с сахаром
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом
5	6	24	162	0,180		Каша "Дружба"
3	3	13	89	150		Какао с молоком

Обед

2	12	79	39	0,180		Борщ красный со сметаной
12	5	31	212	0,130		Гороховое пюре
15	7	2	13	0,040		Гуляш из печени
3	1	21	107	50		Хлеб пшеничный
2	-	11	47	0,025		Хлеб ржаной
-	-	21	82	0,150		Компот из сухофруктов
1	2	6	46	0,050		Салат витаминный

Второй завтрак

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

Полдник

2	3	22	125	30		Печенье промышленного производства
6	5	10	133	0,200		Молоко кипяченое

Ужин

1	3	4	47	50		Салат из свеклы
3	6	12	126	0,130		Картофельное пюре
7	7	5	114	0,070		Биточки рыбно-овощные
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный
2	-	11	47	0,025		Хлеб ржаной
-	-	21	81	0,180		Кисель из концентрата

65 62 318 1 581