

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

-	-	1	5	0,025	Бутерброды с сыром 1
5	6	22	157	0,180	Суп молочный с вермишелью
3	2	11	77	0,150	Чай с молоком 1

Обед

4	3	9	81	0,150	Суп картофельный с куриными фрикадельками -
4	5	11	98	0,150	Капуста запеченная под бешамелью
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный
1	-	9	38	0,020	Хлеб ржаной
-	-	21	82	0,150	Напиток из плодов шиповника

Второй завтрак

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

Полдник

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

Ужин

1	1	2	22	40	Салат "Школьный"
2	3	23	122	0,130	Картофель тушеный с луком и томатом
12	14	2	192	48	Печень по-строгановски
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

45 48 203 1 398

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

-	-	1	5	0,025	Бутерброды с сыром 1
6	7	25	174	0,200	Суп молочный с вермишелью
3	2	14	89	0,180	Чай с молоком 1

Обед

5	4	11	97	0,180	Суп картофельный с куриными фрикадельками
4	5	12	112	0,170	Капуста запеченная под бешамелью
2	1	17	86	40	Хлеб пшеничный 1
2	-	11	47	0,025	хлеб ржаной
-	-	21	82	0,150	Напиток из плодов шиповника

Второй завтрак

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

Полдник

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

Ужин

1	3	5	54	50	Салат "Школьный"
3	3	27	141	150	Картофель тушеный с луком и томатом
14	17	3	237	55	Печень по-строгановски
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

54 59 246 1 723

