

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

4	5	13	110	0,150	Каша манная молочная
-	-	-	3	25	Бутерброды с маслом
3	2	14	91	180	Кофейный напиток с молоком

Обед

1	3	7	58	150	Свекольник со сметаной и яйцом
3	3	25	143	0,150	Картофель отварной
7	9	12	158	0,060	Оладьи из печени
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный
1	-	9	38	0,020	Хлеб ржаной
-	-	21	82	0,150	Компот из сухофруктов

Второй завтрак

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

Полдник

3	7	28	179	50	Булочка осенняя
-	-	7	28	0,150	Чай с сахаром/2

Ужин

12	5	3	103	0,150	Солянка из свежей капусты с рыбой
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный
1	-	9	38	0,020	Хлеб ржаной
-	-	10	44	0,100	Яблоки
-	-	7	29	0,150	Чай с лимоном 1

41 35 193 1 231

Руководитель Кузнецова М.Н. _____

Зав. производством _____

Калькулятор Юрасова Т.В. _____

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

6	6	17	140	0,190	Каша манная молочная
-	-	-	3	25	Бутерброды с маслом
3	3	16	101	0,200	Кофейный напиток с молоком

Обед

2	3	9	70	0,180	Свекольник со сметаной и яйцом
3	3	25	143	0,150	Картофель отварной
10	12	16	210	0,080	Оладьи из печени
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный
2	-	11	47	0,025	хлеб ржаной
-	-	21	82	0,150	Компот из сухофруктов

Второй завтрак

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

Полдник

4	9	33	216	60	Булочка осенняя
-	-	10	42	0,180	Чай с сахаром/2

Ужин

14	6	3	117	0,170	Солянка из свежей капусты с рыбой
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный
2	-	11	47	0,025	хлеб ржаной
-	-	7	29	0,150	Чай с лимоном 1
-	-	10	44	0,100	Яблоки

48 43 217 1 419

Руководитель Кузнецова М.Н.

Зав. производством _____

Калькулятор Юрасова Т.В.