

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
-	-	4	17	0,030		Морковь протертая с сахаром
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом
3	3	13	89	150		Какао с молоком
4	5	20	134	0,150		Каша "Дружба"
Обед						
1	2	10	65	0,150		Борщ красный со сметаной
5	7	20	158	0,110		Макаронные изделия отварные с овощами
12	6	3	113	0,050		Печень по деревенски
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	40		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						
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
-	-	10	44	0,100		Яблоки
48	43	218	1 442			

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
3	3	13	89	150		Какао с молоком
5	6	24	162	0,180		Каша "Дружба"
Обед						
2	12	79	39	0,180		Борщ красный со сметаной
6	8	24	187	0,130		Макаронные изделия отварные с овощами
17	8	5	158	0,070		Печень по деревенски
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	50		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						
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
-	-	10	44	0,100		Яблоки
60	64	318	1 698			