

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда |
|-----------------------|-----------|------------|--------------|-------|----------|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 6 | 7 | 25 | 184 | 200 | | Каша геркулесовая молочная |
| - | - | - | 3 | 25 | | Бутерброды с маслом |
| 3 | 2 | 14 | 91 | 180 | | Кофейный напиток с молоком |
| Обед | | | | | | |
| 1 | 1 | 11 | 59 | 150 | | Суп с макаронными изделиями |
| 2 | 5 | 11 | 116 | 0,120 | | Картофельное пюре |
| 11 | 5 | 4 | 105 | 0,050 | | Суфле из мяса кур |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный |
| 1 | - | 9 | 38 | 0,020 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 21 | 82 | 0,150 | | Компот из сухофруктов |
| - | 3 | 3 | 34 | 0,040 | | Салат из свеклы и соленых огурцов |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 1 | - | 10 | 42 | 100 | | Сок натуральный |
| Полдник | | | | | | |
| 2 | 3 | 30 | 149 | 0,050 | | Ватрушка с повидлом |
| 5 | 4 | 8 | 85 | 150 | | Молоко кипяченое |
| Ужин | | | | | | |
| 2 | 4 | 15 | 98 | 0,130 | | Овощи тушеные в сметанном соусе |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный |
| 1 | - | 9 | 38 | 0,020 | | Хлеб ржаной |
| 3 | 4 | 3 | 55 | 40 | | Салат "Степной" из разных овощей |
| - | - | 18 | 67 | 150 | | Кисель из концентрата |
| - | - | 10 | 44 | 0,100 | | Яблоки |
| 42 | 40 | 218 | 1 376 | | | |

Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда |
|-----------------------|-----------|------------|--------------|-------|----------|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 8 | 9 | 31 | 231 | 250 | | Каша геркулесовая молочная |
| - | - | - | 3 | 25 | | Бутерброды с маслом |
| 3 | 3 | 16 | 101 | 0,200 | | Кофейный напиток с молоком |
| Обед | | | | | | |
| 2 | 1 | 13 | 65 | 180 | | Суп с макаронными изделиями |
| 3 | 6 | 14 | 145 | 0,150 | | Картофельное пюре |
| 13 | 6 | 4 | 126 | 0,060 | | Суфле из мяса кур |
| 2 | 1 | 17 | 86 | 40 | | Хлеб пшеничный 1 |
| 2 | - | 11 | 47 | 0,025 | | хлеб ржаной |
| - | - | 21 | 82 | 0,150 | | Компот из сухофруктов |
| - | 3 | 3 | 43 | 50 | | Салат из свеклы и соленых огурцов |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 1 | - | 10 | 42 | 100 | | Сок натуральный |
| Полдник | | | | | | |
| 3 | 5 | 37 | 193 | 0,060 | | Ватрушка с повидлом |
| 5 | 5 | 9 | 102 | 180 | | Молоко кипяченое |
| Ужин | | | | | | |
| 3 | 5 | 20 | 128 | 0,170 | | Овощи тушеные в сметанном соусе |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный |
| 2 | - | 11 | 47 | 0,025 | | хлеб ржаной |
| 2 | 5 | 4 | 69 | 50 | | Салат "Степной" из разных овощей |
| - | - | 21 | 81 | 0,180 | | Кисель из концентрата |
| - | - | 10 | 44 | 0,100 | | Яблоки |
| 50 | 50 | 261 | 1 677 | | | |

