

**Меню Ясли**

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Источник | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|----------|--------------------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |          |                    |

**Завтрак**

|   |   |    |     |       |                          |
|---|---|----|-----|-------|--------------------------|
| 4 | 5 | 13 | 110 | 0,150 | Каша манная молочная     |
| - | - | 1  | 5   | 0,025 | Бутерброды с сыром 1     |
| - | - | 3  | 12  | 0,030 | Салат из моркови и яблок |
| 3 | - | 11 | 77  | 0,150 | Чай со сгущенным молоком |

**Обед**

|    |   |    |     |       |                            |
|----|---|----|-----|-------|----------------------------|
| 4  | 3 | 12 | 98  | 0,150 | Суп Итальянский            |
| 3  | 5 | 25 | 147 | 0,120 | Каша перловая рассыпчатая  |
| 10 | 6 | 3  | 104 | 0,060 | Азу из мяса кур            |
| 2  | 1 | 13 | 64  | 30    | Хлеб пшеничный             |
| 1  | - | 9  | 38  | 0,020 | Хлеб ржаной                |
| -  | - | 21 | 82  | 0,150 | Компот из сухофруктов      |
| -  | 1 | 1  | 16  | 40    | Салат из капусты и моркови |

**Второй завтрак**

|     |   |        |        |     |                 |
|-----|---|--------|--------|-----|-----------------|
| 550 | - | 10 000 | 42 220 | 100 | Сок натуральный |
|-----|---|--------|--------|-----|-----------------|

**Полдник**

|   |   |    |     |       |                     |
|---|---|----|-----|-------|---------------------|
| 2 | 3 | 30 | 149 | 0,050 | Ватрушка с повидлом |
| 3 | 3 | 13 | 89  | 150   | Какао с молоком     |

**Ужин**

|   |   |    |     |       |                                   |
|---|---|----|-----|-------|-----------------------------------|
| 3 | 3 | 30 | 160 | 0,120 | Каша рисовая рассыпчатая с маслом |
| 8 | 5 | 11 | 120 | 0,060 | Котлеты рыбные                    |
| 1 | - | 8  | 43  | 20    | Хлеб пшеничный                    |
| 1 | - | 9  | 38  | 0,020 | Хлеб ржаной                       |
| - | - | 18 | 67  | 150   | Кисель из концентрата             |

**597 36 10 229 43 639**

**Меню Сад**

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Источник | Наименование блюда |
|------------------|------|----------|------|-------|----------|--------------------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |          |                    |

**Завтрак**

|   |   |    |     |       |                          |
|---|---|----|-----|-------|--------------------------|
| 6 | 6 | 17 | 140 | 0,190 | Каша манная молочная     |
| - | - | 1  | 5   | 0,025 | Бутерброды с сыром 1     |
| - | - | 4  | 16  | 40    | Салат из моркови и яблок |
| 3 | - | 11 | 77  | 0,150 | Чай со сгущенным молоком |

**Обед**

|    |   |    |     |       |                            |
|----|---|----|-----|-------|----------------------------|
| 1  | 3 | 9  | 67  | 0,180 | Суп Итальянский            |
| 3  | 6 | 31 | 183 | 0,150 | Каша перловая рассыпчатая  |
| 13 | 8 | 4  | 139 | 0,080 | Азу 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      |
| -  | 2 | 1  | 21  | 50    | Салат из капусты и моркови |

**Второй завтрак**

|     |   |        |        |     |                 |
|-----|---|--------|--------|-----|-----------------|
| 550 | - | 10 000 | 42 220 | 100 | Сок натуральный |
|-----|---|--------|--------|-----|-----------------|

**Полдник**

|   |   |    |     |       |                     |
|---|---|----|-----|-------|---------------------|
| 3 | 5 | 37 | 193 | 0,060 | Ватрушка с повидлом |
| 3 | 3 | 13 | 89  | 150   | Какао с молоком     |

**Ужин**

|    |   |    |     |       |                                   |
|----|---|----|-----|-------|-----------------------------------|
| 4  | 4 | 37 | 200 | 0,150 | Каша рисовая рассыпчатая с маслом |
| 10 | 6 | 12 | 139 | 0,070 | Котлеты рыбные                    |
| 1  | - | 8  | 43  | 20    | Хлеб пшеничный                    |
| 2  | - | 11 | 47  | 0,025 | хлеб ржаной                       |
| -  | - | 21 | 81  | 0,180 | Кисель из концентрата             |

**604 45 10 266 43 875**

