

## Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
<b>Завтрак</b>						
5	5	-	63	1 шт.		Яйцо отварное
6	7	25	184	200		Каша геркулесовая молочная
-	-	1	5	0,025		Бутерброды с сыром 1
3	2	14	91	180		Кофейный напиток с молоком
<b>Обед</b>						
3	3	12	89	150		Суп - пюре из картофеля
2	5	11	99	0,130		Капуста тушеная
3	1	23	117	0,030		Сухарики из хлеба пшеничного
2	-	18	76	40		Хлеб ржаной
1	-	15	58	0,150		Компот морковно-яблочный
11	15	1	181	0,050		Биточки по-белорусски из мяса кур
<b>Второй завтрак</b>						
550	-	10 000	42 220	100		Сок натуральный
<b>Полдник</b>						
1 800	2 900	18 700	104 200	25		Печенье промышленного производства
4	4	6	80	0,150		Варенец
<b>Ужин</b>						
10	11	38	282	0,130		Запеканка из вермишели с творогом
2	2	14	85	0,020		Сгущенное молоко
-	-	7	29	150		Чай с лимоном
-	-	10	44	0,100		Яблоки
<b>2 403</b>	<b>2 957</b>	<b>28 896</b>	<b>147 903</b>			

## Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
<b>Завтрак</b>						
5	5	-	63	1 шт.		Яйцо отварное
8	9	31	231	250		Каша геркулесовая молочная
-	-	1	5	0,025		Бутерброды с сыром 1
3	3	16	101	0,200		Кофейный напиток с молоком
<b>Обед</b>						
3	3	12	89	0,180		Суп - пюре из картофеля
3	6	13	114	0,150		Капуста тушеная
3	1	23	117	0,030		Сухарики из хлеба пшеничного
3	1	22	95	50		Хлеб ржаной
1	-	15	58	0,150		Компот морковно-яблочный
15	21	1	253	0,070		Биточки по-белорусски из мяса кур
<b>Второй завтрак</b>						
550	-	10 000	42 220	100		Сок натуральный
<b>Полдник</b>						
2 160	3 480	22 440	125 040	30		Печенье промышленного производства
4	4	6	80	0,150		Варенец
<b>Ужин</b>						
12	13	47	347	0,160		Запеканка из вермишели с творогом
2	3	19	85	0,030		Сгущенное молоко
-	-	7	29	150		Чай с лимоном
-	-	10	44	0,100		Яблоки
<b>2 773</b>	<b>3 549</b>	<b>32 663</b>	<b>168 971</b>			

