

ГБОУ лицей с. Хрящевка СПДС "Сказка"

10 сентября 2024 г.

**Меню Ясли**

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

**Завтрак**

-	2	6	40	0,040	Пюре свекольно-яблочное
9	12	4	160	0,130	Омлет натуральный с сыром
-	-	1	5	0,025	Бутерброды с сыром 1
-	-	7	28	150	Чай с сахаром

**Обед**

1	2	7	50	0,150	Щи из свежей капусты со сметаной
7	10	21	215	0,150	Жаркое по-домашнему из мяса кур
1 842	642	12 558	64 329	30	Хлеб пшеничный
2	-	18	76	40	Хлеб ржаной
1	-	15	58	0,150	Компот морковно-лимонный

**Второй завтрак**

1	-	10	42	0,100	Сок натуральный
---	---	----	----	-------	-----------------

**Полдник**

1 800	2 900	18 700	104 200	25	Печенье промышленного производства
4	4	6	80	0,150	Варенец

**Ужин**

13	12	30	277	0,150	Пудинг из творога и риса
2	2	14	85	0,020	Сгущенное молоко
-	-	7	28	150	Чай без сахара

**3 683 3 587 31 403 169 672**

**Меню Сад**

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

**Завтрак**

-	2	7	49	0,050	Пюре свекольно-яблочное
11	14	4	185	0,150	Омлет натуральный с сыром
-	-	1	5	0,025	Бутерброды с сыром 1
-	-	10	40	180	Чай с сахаром

**Обед**

1	3	8	60	0,180	Щи из свежей капусты со сметаной
8	12	24	243	0,170	Жаркое по-домашнему из мяса кур
2 456	856	16 744	85 772	40	Хлеб пшеничный 1
3	1	22	95	50	Хлеб ржаной
1	-	15	58	0,150	Компот морковно-лимонный

**Второй завтрак**

1	-	10	42	0,100	Сок натуральный
---	---	----	----	-------	-----------------

**Полдник**

2 160	3 480	22 440	125 040	30	Печенье промышленного производства
4	4	6	80	0,150	Варенец

**Ужин**

15	14	34	313	0,170	Пудинг из творога и риса
2	3	19	85	0,030	Сгущенное молоко
-	-	7	28	150	Чай без сахара

**4 663 4 388 39 351 212 096**