

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
1	3	4	46	0,040		Икра свекольно-морковная
16	27	2	232	0,130		Омлет на натуральном молоке
-	-	1	5	0,025		Бутерброды с сыром 1
3	2	11	77	150		Чай с молоком
Обед						
4	3	9	81	0,150		Суп картофельный с куриными фрикадельками -
3	8	29	190	0,150		Плов с овощами
2	1	13	64	30		Хлеб пшеничный
2	-	18	76	40		Хлеб ржаной
1	-	15	58	0,150		Компот морковно-лимонный
Второй завтрак						
1	-	10	42	100		Сок натуральный
Полдник						
4	9	33	217	0,050		Булочка с крошкой
4	4	6	80	0,150		Варенец
Ужин						
14	10	22	227	0,120		Вареники ленивые
2	2	14	85	0,020		Сгущенное молоко
-	-	7	28	150		Чай без сахара
56	68	194	1 508			

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
1	4	5	58	0,050		Икра свекольно-морковная
18	31	2	268	0,150		Омлет на натуральном молоке
-	-	1	5	0,025		Бутерброды с сыром 1
3	2	14	89	180		Чай с молоком
Обед						
5	4	11	97	0,180		Суп картофельный с куриными фрикадельками
4	9	32	215	0,170		Плов с овощами
2	1	17	86	40		Хлеб пшеничный 1
3	1	22	95	50		Хлеб ржаной
1	-	15	58	0,150		Компот морковно-лимонный
Второй завтрак						
1	-	10	42	100		Сок натуральный
Полдник						
5	11	39	260	0,060		Булочка с крошкой
4	4	6	80	0,150		Варенец
Ужин						
17	12	28	284	0,150		Вареники ленивые
2	3	19	85	0,030		Сгущенное молоко
-	-	7	28	150		Чай без сахара
66	81	228	1 749			

