

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда |
|-----------------------|-----------|---------------|---------------|-------|----------|--------------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 6 | 5 | 32 | 192 | 0,150 | | Каша пшеничная вязкая на молоке |
| - | - | - | 3 | 25 | | Бутерброды с маслом |
| 3 | 3 | 13 | 89 | 150 | | Какао с молоком |
| - | - | 4 | 17 | 0,030 | | Морковь протертая с сахаром |
| Обед | | | | | | |
| 2 | 3 | 13 | 83 | 0,150 | | Суп с клецками |
| 4 | 5 | 17 | 130 | 0,110 | | Каша гречневая рассыпчатая с овощами |
| 12 | 5 | 1 | 99 | 0,030 | | Гуляш из печени |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный |
| 1 | - | 9 | 38 | 0,020 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 21 | 82 | 0,150 | | Напиток из плодов шиповника |
| 1 | 2 | 4 | 36 | 40 | | Салат витаминный |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 550 | - | 10 000 | 42 220 | 100 | | Сок натуральный |
| Полдник | | | | | | |
| 3 | 2 | 18 | 104 | 55 | | Пирожки с морковью |
| 5 | 5 | 9 | 102 | 180 | | Молоко кипяченое |
| Ужин | | | | | | |
| - | 1 | 1 | 11 | 0,010 | | Салат луковый |
| 2 | 5 | 11 | 116 | 0,120 | | Картофельное пюре |
| 4 | 3 | 2 | 47 | 0,050 | | Рыба тушеная со сметаной |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный |
| 1 | - | 9 | 38 | 0,020 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 18 | 67 | 150 | | Кисель из концентрата |
| - | - | 10 | 44 | 0,100 | | Яблоки |
| 599 | 40 | 10 210 | 43 604 | | | |

Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда |
|-----------------------|-----------|---------------|---------------|-------|----------|--------------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 8 | 6 | 39 | 231 | 0,180 | | Каша пшеничная вязкая на молоке |
| - | - | - | 3 | 25 | | Бутерброды с маслом |
| 3 | 3 | 13 | 89 | 150 | | Какао с молоком |
| - | - | 6 | 23 | 40 | | Морковь протертая с сахаром |
| Обед | | | | | | |
| 2 | 3 | 16 | 99 | 0,180 | | Суп с клецками |
| 5 | 6 | 20 | 153 | 0,130 | | Каша гречневая рассыпчатая с овощами |
| 15 | 7 | 2 | 13 | 0,040 | | Гуляш из печени |
| 2 | 1 | 13 | 64 | 30 | | Хлеб пшеничный |
| 2 | - | 11 | 47 | 0,025 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 21 | 82 | 0,150 | | Напиток из плодов шиповника |
| 1 | 2 | 6 | 46 | 50 | | Салат витаминный |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 550 | - | 10 000 | 42 220 | 100 | | Сок натуральный |
| Полдник | | | | | | |
| 4 | 3 | 23 | 133 | 70 | | Пирожки с морковью |
| 5 | 5 | 9 | 102 | 180 | | Молоко кипяченое |
| Ужин | | | | | | |
| - | 1 | 1 | 17 | 0,015 | | Салат луковый |
| 3 | 6 | 14 | 145 | 0,150 | | Картофельное пюре |
| 13 | 8 | 5 | 142 | 60 | | Рыба тушеная со сметаной |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный |
| 2 | - | 11 | 47 | 0,025 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 21 | 81 | 0,180 | | Кисель из концентрата |
| - | - | 10 | 44 | 0,100 | | Яблоки |
| 616 | 52 | 10 250 | 43 824 | | | |

