

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда |
|-----------------------|-----------|---------------|---------------|-------|----------|------------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 4 | 5 | 18 | 131 | 0,150 | | Суп молочный гречневый |
| - | - | 1 | 5 | 0,025 | | Бутерброды с сыром 1 |
| 3 | 3 | 13 | 89 | 150 | | Какао с молоком |
| Обед | | | | | | |
| | | | | 150 | | Суп гороховый с гречками |
| 11 | 13 | 24 | 254 | 0,150 | | Запеканка картофельная с мясом кур |
| 3 | 1 | 23 | 117 | 0,030 | | Сухарики из хлеба пшеничного |
| 1 | - | 9 | 38 | 0,020 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 18 | 70 | 0,150 | | Компот из свежих плодов (яблок) |
| - | 3 | 3 | 34 | 0,040 | | Салат из свеклы и соленых огурцов |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 550 | - | 10 000 | 42 220 | 100 | | Сок натуральный |
| Полдник | | | | | | |
| 4 | 6 | 33 | 204 | 0,050 | | Плетенка с сахаром |
| 5 | 4 | 8 | 85 | 150 | | Молоко кипяченое |
| Ужин | | | | | | |
| 2 | 4 | 15 | 98 | 0,130 | | Овощи тушеные в сметанном соусе |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный |
| 1 | - | 9 | 38 | 0,020 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 18 | 67 | 150 | | Кисель из концентрата |
| 587 | 39 | 10 199 | 43 491 | | | |

Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда |
|-----------------------|-----------|---------------|---------------|-------|----------|------------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 5 | 6 | 22 | 157 | 0,180 | | Суп молочный гречневый |
| - | - | 1 | 5 | 0,025 | | Бутерброды с сыром 1 |
| 3 | 3 | 13 | 89 | 150 | | Какао с молоком |
| Обед | | | | | | |
| 5 | 2 | 23 | 120 | 0,180 | | Суп гороховый с гречками |
| 13 | 15 | 27 | 288 | 0,170 | | Запеканка картофельная с мясом кур |
| 3 | 1 | 23 | 117 | 0,030 | | Сухарики из хлеба пшеничного |
| 2 | - | 11 | 47 | 0,025 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 18 | 70 | 0,150 | | Компот из свежих плодов (яблок) |
| - | 3 | 3 | 43 | 50 | | Салат из свеклы и соленых огурцов |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 550 | - | 10 000 | 42 220 | 100 | | Сок натуральный |
| Полдник | | | | | | |
| 5 | 7 | 42 | 265 | 0,060 | | Плетенка с сахаром |
| 5 | 5 | 9 | 102 | 180 | | Молоко кипяченое |
| Ужин | | | | | | |
| 3 | 5 | 20 | 128 | 0,170 | | Овощи тушеные в сметанном соусе |
| 1 | - | 8 | 43 | 20 | | Хлеб пшеничный |
| 2 | - | 11 | 47 | 0,025 | | Хлеб ржаной |
| - | - | 21 | 81 | 0,180 | | Кисель из концентрата |
| 598 | 47 | 10 253 | 43 821 | | | |

