

Меню Ясли							
Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
6	5	24	164	0,120	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром	7,88	
-	-	-	3	25	Бутерброды с маслом	3,42	
3	2	11	77	150	Чай с молоком	6,89	
							18,19
Обед							
4	3	9	81	0,150	Суп картофельный с куриными фрикадельками -	18,94	
3	8	29	190	0,150	Плов с овощами	11,88	
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный	-	
2	-	13	57	0,030	хлеб ржаной	-	
-	-	21	82	0,150	Напиток из плодов шиповника	2,97	
							33,79
Второй завтрак							
5	4	8	85	150	Молоко кипяченое	10,63	
							10,63
Уплотненный полдник							
1	-	12	51	0,120	Сок натуральный	10,20	
2	3	23	122	0,130	Картофель тушеный с луком и томатом	7,45	
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный	-	
1	1	2	22	40	Салат "Школьный"	1,60	
-	-	10	44	0,100	Яблоки	10,10	
							29,35
29	28	179	1 062				91,96

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
9	7	36	195	0,150	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром	9,84	
-	-	-	3	25	Бутерброды с маслом	3,39	
3	2	14	89	180	Чай с молоком	7,19	
							20,42
Обед							
5	4	11	97	0,180	Суп картофельный с куриными фрикадельками	20,75	
4	9	32	215	0,170	Плов с овощами	13,38	
2	1	17	86	40	Хлеб пшеничный 1	-	
2	-	18	76	40	Хлеб ржаной	-	
-	-	21	82	0,150	Напиток из плодов шиповника	3,00	
							37,13
Второй завтрак							
5	5	9	102	180	Молоко кипяченое	12,76	
							12,76
Уплотненный полдник							
1	-	12	51	0,120	Сок натуральный	10,20	
3	3	27	141	150	Картофель тушеный с луком и томатом	8,76	
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный	-	
1	3	5	54	50	Салат "Школьный"	3,05	
-	-	10	44	0,100	Яблоки	10,09	
							32,10
37	36	221	1 278				102,41

