

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				

Завтрак

4	5	13	110	0,150	Каша манная молочная	11,79
-	-	1	5	0,025	Бутерброды с сыром 1	10,97
-	-	4	16	40	Пюре морковно-яблочное	2,82
3	2	11	77	150	Чай с молоком	6,93

32,51

Обед

4	3	12	98	0,150	Суп Итальянский	4,84
3	3	30	160	0,120	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	6,69
10	6	3	104	0,060	Азу из мяса кур	13,87
2	1	13	64	30	Хлеб пшеничный	10,00
2	-	13	57	0,030	хлеб ржаной	7,33
-	-	21	82	0,150	Компот из сухофруктов	2,33
1	2	3	31	0,040	Салат из свеклы с зеленым горошком	1,14

46,20

Второй завтрак

1	-	12	51	0,120	Сок натуральный	10,20
						10,20

Уплотненный полдник

2	3	30	149	0,050	Ватрушка с повидлом	7,43
2	5	11	116	0,120	Картофельное пюре	8,97
8	5	11	120	0,060	Котлеты рыбные	18,65
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный	10,00
-	-	18	67	150	Кисель из концентрата	1,40

46,45

44 36 214 1 350 135,36

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				

Завтрак

6	6	17	140	0,190	Каша манная молочная	15,02
-	-	1	5	0,025	Бутерброды с сыром 1	6,31
-	-	5	20	50	Пюре морковно-яблочное	3,48
3	2	11	77	150	Чай с молоком	6,94

31,75

Обед

1	3	9	67	0,180	Суп Итальянский	5,75
4	4	37	200	0,150	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	8,17
13	8	4	139	0,080	Азу из мяса кур	18,31
2	1	17	86	40	Хлеб пшеничный 1	3,75
2	-	18	76	40	Хлеб ржаной	2,75
-	-	21	82	0,150	Компот из сухофруктов	2,34
1	2	4	39	0,050	Салат из свеклы с зеленым горошком	1,50

42,57

Второй завтрак

1	-	12	51	0,120	Сок натуральный	10,20
						10,20

Уплотненный полдник

3	5	37	193	0,060	Ватрушка с повидлом	9,57
3	6	14	145	0,150	Картофельное пюре	10,69
10	6	12	139	0,070	Котлеты рыбные	20,59
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный	3,75
-	-	21	81	0,180	Кисель из концентрата	1,58

46,18

51 44 248 1 581 130,70

