

Меню Ясли							
Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
6	5	32	192	0,150		Каша пшеничная вязкая на молоке	11,66
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом	5,38
3	3	13	89	150		Какао с молоком	7,50
-	-	3	12	0,030		Пюре морковное	0,46
							25,00
Обед							
2	3	13	83	0,150		Суп с клецками	3,98
4	5	17	130	0,110		Каша гречневая рассыпчатая с овощами	6,53
12	5	1	99	0,030		Гуляш из печени	28,36
2	1	17	86	40		Хлеб пшеничный 1	2,36
2	-	13	57	0,030		хлеб ржаной	1,64
-	-	21	82	0,150		Напиток из плодов шиповника	3,09
							45,96
Второй завтрак							
5	4	8	85	150		Молоко кипяченое	10,31
							10,31
Полдник							
2	5	11	116	0,120		Картофельное пюре	9,48
4	3	2	47	0,050		Рыба тушеная со сметаной	20,54
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный	1,18
-	-	18	67	150		Кисель из концентрата	1,41
-	-	10	44	0,100		Яблоки	9,48
3	4	15	105	0,050		Пирог с капустой	5,26
							47,35
48	38	203	1 340				128,62

Меню Сад								
Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания	
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
Завтрак								
8	6	39	231	0,180		Каша пшеничная вязкая на молоке	13,84	
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом	5,36	
-	-	4	16	40		Пюре морковное	0,68	
3	3	13	89	150		Какао с молоком	7,52	
							27,40	
Обед								
2	3	16	99	0,180		Суп с клецками	4,50	
5	6	20	153	0,130		Каша гречневая рассыпчатая с овощами	7,70	
15	7	2	13	0,040		Гуляш из печени	34,10	
2	1	13	64	30		Хлеб пшеничный	1,77	
2	-	18	76	40		Хлеб ржаной	2,19	
-	-	21	82	0,150		Напиток из плодов шиповника	3,10	
							53,36	
Второй завтрак								
5	5	9	102	180		Молоко кипяченое	12,37	
							12,37	
Полдник								
3	6	14	145	0,150		Картофельное пюре	11,26	
13	8	5	142	60		Рыба тушеная со сметаной	26,04	
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный	1,18	
-	-	21	81	0,180		Кисель из концентрата	1,59	
-	-	10	44	0,100		Яблоки	9,48	
3	5	18	126	60		Пирог с капустой	6,38	
							55,93	
64	50	232	1 509					149,06

