

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда |
|-----------------------|--------------|---------------|----------------|-------|----------|------------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| - | 2 | 6 | 40 | 0,040 | | Пюре свекольно-яблочное |
| 9 | 12 | 4 | 160 | 0,130 | | Омлет натуральный с сыром |
| - | - | 1 | 5 | 0,025 | | Бутерброды с сыром 1 |
| - | - | 7 | 28 | 150 | | Чай с сахаром |
| Обед | | | | | | |
| 1 | 2 | 7 | 50 | 0,150 | | Щи из свежей капусты со сметаной |
| 7 | 10 | 21 | 215 | 0,150 | | Жаркое по-домашнему из мяса кур |
| 2 | 1 | 13 | 64 | 30 | | Хлеб пшеничный |
| 2 | - | 18 | 76 | 40 | | Хлеб ржаной |
| 1 | - | 15 | 58 | 0,150 | | Компот морковно-лимонный |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 550 | - | 10 000 | 42 220 | 100 | | Сок натуральный |
| Полдник | | | | | | |
| 1 800 | 2 900 | 18 700 | 104 200 | 25 | | Печенье промышленного производства |
| 4 | 4 | 6 | 80 | 0,150 | | Варенец |
| Ужин | | | | | | |
| 13 | 12 | 30 | 277 | 0,150 | | Пудинг из творога и риса |
| 2 | 2 | 14 | 85 | 0,020 | | Сгущенное молоко |
| - | - | 7 | 28 | 150 | | Чай без сахара |
| 2 392 | 2 946 | 28 848 | 147 585 | | | |

Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Источник | Наименование блюда |
|-----------------------|--------------|---------------|----------------|-------|----------|------------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| - | 2 | 7 | 49 | 0,050 | | Пюре свекольно-яблочное |
| 11 | 14 | 4 | 185 | 0,150 | | Омлет натуральный с сыром |
| - | - | 1 | 5 | 0,025 | | Бутерброды с сыром 1 |
| - | - | 10 | 40 | 180 | | Чай с сахаром |
| Обед | | | | | | |
| 1 | 3 | 8 | 60 | 0,180 | | Щи из свежей капусты со сметаной |
| 8 | 12 | 24 | 243 | 0,170 | | Жаркое по-домашнему из мяса кур |
| 2 | 1 | 17 | 86 | 40 | | Хлеб пшеничный 1 |
| 3 | 1 | 22 | 95 | 50 | | Хлеб ржаной |
| 1 | - | 15 | 58 | 0,150 | | Компот морковно-лимонный |
| Второй завтрак | | | | | | |
| 550 | - | 10 000 | 42 220 | 100 | | Сок натуральный |
| Полдник | | | | | | |
| 2 160 | 3 480 | 22 440 | 125 040 | 30 | | Печенье промышленного производства |
| 4 | 4 | 6 | 80 | 0,150 | | Варенец |
| Ужин | | | | | | |
| 15 | 14 | 34 | 313 | 0,170 | | Пудинг из творога и риса |
| 2 | 3 | 19 | 85 | 0,030 | | Сгущенное молоко |
| - | - | 7 | 28 | 150 | | Чай без сахара |
| 2 759 | 3 533 | 32 614 | 168 587 | | | |

