

Меню Ясли							
Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
4	5	17	127	0,150		Каша вязкая рисовая молочная	11,34
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом	3,66
3	2	14	91	180		Кофейный напиток с молоком	7,71
5	5	-	63	1 шт.		Яйцо отварное	7,59
							30,30
Обед							
1	3	7	58	150		Свекольник со сметаной и яйцом	4,99
16	13	11	228	0,130		Голубцы с мясом кур (ленивые)	25,86
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный	-
2	-	13	57	0,030		хлеб ржаной	-
-	-	21	82	0,150		Компот из сухофруктов	2,53
1	3	2	29	0,030		Салат из отварной моркови с зеленым горошком	0,97
							34,35
Второй завтрак							
5	4	8	85	150		Молоко кипяченое	10,60
							10,60
Полдник							
1	-	12	51	0,120		Сок натуральный	10,20
3	7	28	179	50		Булочка осенняя	8,37
3	7	22	156	0,150		Картофель запеченый в сметане	15,79
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный	-
-	-	10	44	0,100		Яблоки	11,13
							45,49
46	50	184	1 338				120,74

Меню Сад							
Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал				
Завтрак							
4	6	21	152	0,180		Каша вязкая рисовая молочная	13,58
-	-	-	3	25		Бутерброды с маслом	3,65
3	2	14	91	180		Кофейный напиток с молоком	7,67
5	5	-	63	1 шт.		Яйцо отварное	7,59
							32,49
Обед							
2	3	9	70	0,180		Свекольник со сметаной и яйцом	6,01
22	17	15	296	0,160		Голубцы с мясом кур (ленивые)	30,45
2	1	17	86	40		Хлеб пшеничный 1	-
2	-	18	76	40		Хлеб ржаной	-
-	-	21	82	0,150		Компот из сухофруктов	2,53
1	3	2	38	0,040		Салат из отварной моркови с зеленым горошком	1,31
							40,30
Второй завтрак							
5	5	9	102	180		Молоко кипяченое	12,72
							12,72
Полдник							
1	-	12	51	0,120		Сок натуральный	10,20
4	9	33	216	60		Булочка осенняя	9,94
3	8	25	177	0,170		Картофель запеченый в сметане	17,81
1	-	8	43	20		Хлеб пшеничный	-
-	-	10	44	0,100		Яблоки	11,13
							49,08
56	59	215	1 590				134,59

