

Меню Ясли

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

Завтрак

4	5	18	131	0,150	Суп молочный гречневый	1 523,73
-	-	1	5	0,025	Бутерброды с сыром 1	3,66
3	3	13	89	150	Какао с молоком	8,69
						1 536,08

Обед

4	1	19	100	150	Суп гороховый с гренками	338,02
11	13	24	254	0,150	Запеканка картофельная с мясом кур	3 218,74
3	1	23	117	0,030	Сухарики из хлеба пшеничного	-
2	-	13	57	0,030	хлеб ржаной	-
-	-	18	70	0,150	Компот из свежих плодов (яблок)	4,63
-	3	3	34	0,040	Салат из свеклы и соленых огурцов	3,86
						3 565,25

Второй завтрак

5	4	8	85	150	Молоко кипяченое	12,03
2	3	19	104	0,025	Печенье промышленного производства	4,05
						16,08

Полдник

2	4	15	98	0,130	Овощи тушеные в сметанном соусе	9,26
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный	-
-	-	18	67	150	Кисель из концентрата	1,62
7	9	12	158	0,060	Оладьи из печени	520,54

46	46	212	1 411	5 648,83
----	----	-----	-------	----------

Меню Сад

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

Завтрак

5	6	22	157	0,180	Суп молочный гречневый	1 760,95
-	-	1	5	0,025	Бутерброды с сыром 1	3,66
3	3	13	89	150	Какао с молоком	8,69
						1 773,30

Обед

5	2	23	120	0,180	Суп гороховый с гренками	406,31
13	15	27	288	0,170	Запеканка картофельная с мясом кур	3 389,32
3	1	23	117	0,030	Сухарики из хлеба пшеничного	-
2	-	18	76	40	Хлеб ржаной	-
-	-	18	70	0,150	Компот из свежих плодов (яблок)	4,63
-	3	3	43	50	Салат из свеклы и соленых огурцов	4,26
						3 804,52

Второй завтрак

5	5	9	102	180	Молоко кипяченое	14,43
2	3	22	125	0,030	Печенье промышленного производства	4,86
						19,29

Полдник

3	5	20	128	0,170	Овощи тушеные в сметанном соусе	12,81
1	-	8	43	20	Хлеб пшеничный	-
-	-	21	81	0,180	Кисель из концентрата	1,83
10	12	16	210	0,080	Оладьи из печени	1 098,77

54	55	245	1 652	6 710,52
----	----	-----	-------	----------

