

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
							531,42
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
							1 113,41
54	55	245	1 652				6 710,52

