

Меню Дети ЗК

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | | | Выход | Стоимость |
|------------------|------|----------|------|--------------------|--|--|-------|-----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | | | |

Меню Ясли ЗК

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | | | Выход | Стоимость |
|------------------|------|----------|------|--------------------|--|--|-------|-----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | | | |

Второй завтрак

| | | | | | | | | |
|--|--|---|----|--------|----|--|--|--|
| | | 3 | 16 | яблоко | 85 | | | |
|--|--|---|----|--------|----|--|--|--|

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|----|-----|------------------------------|-----|------|---|---|----|-----|------------------------------|-----|------|
| 6 | 9 | 22 | 187 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ мол.вязкая | 200 | 4,13 | 5 | 6 | 16 | 140 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ мол.вязкая | 150 | 2,89 |
| 4 | 4 | 17 | 119 | КАКАО | 200 | 0,91 | 3 | 3 | 13 | 89 | КАКАО | 150 | 0,83 |
| | | 1 | 5 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35 | 4,21 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 4,21 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|----|-----|---------------------------|-----|-------|---|---|----|-----|---------------------------|----------------|-------|------|
| 2 | 5 | 8 | 157 | СУП ГОРОХОВЫЙ!!! | 200 | 5,47 | 3 | 5 | 20 | 137 | Картофельное пюре | 130 | 7,41 | |
| 4 | 6 | 22 | 158 | Картофельное пюре | 150 | 8,56 | | | | 8 | 53 | КОМПОТ ИЗ С/Ф | 180 | 1,79 |
| 1 | | 15 | 59 | КОМПОТ ИЗ С/Ф | 200 | 2,13 | 2 | | | 14 | 71 | хлеб пшеничный | 20 | |
| 2 | | 15 | 71 | хлеб пшеничный | 30 | | 3 | 1 | 17 | 87 | | хлеб ржаной | 40 | |
| 3 | 1 | 20 | 95 | хлеб ржаной | 50 | | 9 | 2 | 3 | 69 | котлеты (биточки) рыбные | 60 | 22,52 | |
| 12 | 2 | 3 | 83 | котлеты (биточки) рыбные | 70 | 28,08 | 1 | 4 | 7 | 125 | СУП ГОРОХОВЫЙ !!! | 180 | 4,20 | |
| | | | | | | | | | | | | | | |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|----|-----|---------------|-----|------|---|---|----|-----|---------------|-----|------|
| 1 | | 16 | 46 | фруктовый сок | 100 | 4,78 | 1 | | 16 | 46 | фруктовый сок | 100 | 4,78 |
| 2 | 3 | 19 | 104 | пченье | 25 | 4,88 | 2 | 3 | 19 | 104 | пченье | 25 | 4,88 |

Ужин

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|----|-----|------------------------------|-----|-------|---|---|----|-----|--------------------------------|-----------------|-------|------|
| 8 | 5 | 18 | 142 | КАПУСТА ТУШЕННАЯ С МЯСОМ КУР | 200 | 12,21 | 3 | | | 8 | 30 | Чай полусладкий | 150 | 0,63 |
| | | 8 | 30 | Чай полусладкий | 200 | 0,91 | 2 | | | 14 | 71 | хлеб пшеничный | 20 | |
| 2 | | 15 | 71 | хлеб пшеничный | 30 | | 5 | 5 | 14 | 142 | КАПУСТА ТУШЕННАЯ С МЯСОМ КУР . | 150 | 10,69 | |
| | | | | | | | | | | | | | | |

47 36 203 1 341

76,26

38 30 172 1 182

64,82

Руководитель

Доронина Т.Н.