

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | 15.08.22 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|------|-------------------------------------|---|
| 2 | 5 | 10 | 92 | 20/3 | Бутерброд с маслом | - |
| 7 | 7 | 30 | 201 | 200 | Каша гречневая молочная | - |
| 3 | 2 | 16 | 92 | 150 | Кофейный напиток злаковый на молоке | - |
| 12 | 14 | 56 | 386 | | | - |

Второй завтрак

| | | | | | | |
|---|---|---|----|----|---------------|---|
| 1 | - | 9 | 41 | 80 | Сок фруктовый | - |
| 1 | - | 9 | 41 | | | - |

Обед

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|-------|--------------------------------------|---|
| - | 3 | 5 | 47 | 40 | Салат из зелёного горошка и кукурузы | - |
| 1 | 3 | 7 | 58 | 150 | Свекольник со сметаной и яйцом | - |
| 9 | 13 | 27 | 276 | 0,17 | Жаркое по-домашнему | - |
| - | - | 21 | 82 | 150 | Компот из сухофруктов | - |
| 5 | 1 | 37 | 178 | 20/15 | Хлеб пшеничный, ржаной | - |
| 16 | 20 | 98 | 641 | | | - |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----|----|-----|-------|-----|---------------------|---|
| 1 | - | 9 | 45 | 20 | Хлеб пшеничный | - |
| 7 | 8 | 20 | 183 | 200 | Вермишель на молоке | - |
| 4 | 10 | 27 | 216 | 50 | Оладьи с повидлом | - |
| - | - | 13 | 48 | 180 | Чай с сахаром | - |
| - | - | - | - | 3 | Соль | - |
| 13 | 17 | 69 | 492 | | | - |
| 41 | 52 | 232 | 1 560 | | | - |

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.



Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | 15.08.22 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|------|-------------------------------------|---|
| 3 | 6 | 15 | 128 | 30/3 | Бутерброд с маслом | - |
| 9 | 9 | 37 | 251 | 250 | Каша гречневая молочная | - |
| 3 | 3 | 19 | 111 | 180 | Кофейный напиток злаковый на молоке | - |
| 15 | 18 | 71 | 489 | | | - |

Второй завтрак

| | | | | | | |
|---|---|----|----|-----|---------------|---|
| 1 | - | 10 | 43 | 100 | Сок фруктовый | - |
| 1 | - | 10 | 43 | | | - |

Обед

| | | | | | | |
|----|----|-----|-----|-------|--------------------------------------|---|
| - | 3 | 5 | 47 | 50 | Салат из зелёного горошка и кукурузы | - |
| 2 | 5 | 11 | 99 | 250 | Свекольник со сметаной и яйцом | - |
| 9 | 12 | 28 | 252 | 200 | Жаркое по-домашнему | - |
| - | - | 21 | 82 | 150 | Компот из сухофруктов | - |
| 6 | 1 | 46 | 220 | 25/20 | Хлеб пшеничный, ржаной | - |
| 18 | 22 | 111 | 699 | | | - |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|-----|---------------------|---|
| 2 | - | 14 | 68 | 30 | Хлеб пшеничный | - |
| 8 | 8 | 33 | 240 | 250 | Вермишель на молоке | - |
| 4 | 10 | 27 | 216 | 60 | Оладьи с повидлом | - |
| - | - | 14 | 53 | 200 | Чай с сахаром | - |
| - | - | - | - | 5 | Соль | - |
| 14 | 18 | 88 | 577 | | | - |

| | | | | | |
|----|----|-----|-------|--|---|
| 49 | 57 | 280 | 1 808 | | - |
|----|----|-----|-------|--|---|

Руководитель Седых Е.Н.

Калькулятор Исаева И.В.

