

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | 02.09.22 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|------|-----------------------|---|
| 2 | 5 | 10 | 92 | 20/3 | Бутерброд с маслом | - |
| 5 | 6 | 27 | 179 | 200 | Каша рисовая молочная | - |
| 4 | 3 | 17 | 105 | 150 | Какао на молоке | - |
| 11 | 14 | 54 | 376 | | | - |

Второй завтрак

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

Обед

| | | | | | | |
|----|----|-----|-----|-------|---------------------------------|---|
| 1 | 3 | 3 | 38 | 40 | Салат из свежей капуста,огурцов | - |
| 3 | 1 | 6 | 48 | 150 | Суп картофельный с рыбой | - |
| 6 | 4 | 6 | 84 | 50 | Биточки рыбные | - |
| 3 | 5 | 28 | 162 | 100 | Макароны отварные с маслом | - |
| - | 1 | 2 | 21 | 30 | Соус томатный | - |
| - | - | 21 | 83 | 150 | Кисель из свежих ягод | - |
| 5 | 1 | 37 | 178 | 20/15 | Хлеб пшеничный, ржаной | - |
| - | - | - | - | 0,001 | Лавровый лист | - |
| 19 | 14 | 104 | 614 | | | - |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----|----|-----|-------|-----|----------------|---|
| 1 | - | 9 | 45 | 20 | Хлеб пшеничный | - |
| 3 | 3 | 20 | 114 | 150 | Рагу овощное | - |
| - | - | 13 | 48 | 180 | Чай с сахаром | - |
| - | - | - | - | 10 | Вафли | - |
| - | - | - | - | 3 | Соль | - |
| 4 | 3 | 42 | 208 | | | - |
| 35 | 32 | 210 | 1 239 | | | - |

Руководитель Седых Е.Н.

Калькулятор Исаева И.В.



Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | 02.09.22 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|------|-----------------------|--|
| 3 | 6 | 15 | 128 | 30/3 | Бутерброд с маслом | |
| 6 | 8 | 34 | 223 | 250 | Каша рисовая молочная | |
| 4 | 4 | 20 | 127 | 180 | Какао на молоке | |
| 14 | 18 | 70 | 478 | | | |

Второй завтрак

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

Обед

| | | | | | | |
|----|----|-----|-----|-------|---------------------------------|--|
| 1 | 3 | 5 | 52 | 50 | Салат из свежей капуста,огурцов | |
| 5 | 2 | 11 | 76 | 250 | Суп картофельный с рыбой | |
| 12 | 6 | 9 | 141 | 75 | Биточки рыбные | |
| 5 | 7 | 42 | 243 | 150 | Макароны отварные с маслом | |
| - | 2 | 3 | 33 | 40 | Соус томатный | |
| - | - | 21 | 83 | 150 | Кисель из свежих ягод | |
| 6 | 1 | 46 | 220 | 25/20 | Хлеб пшеничный, ржаной | |
| - | - | - | - | 0,002 | Лавровый лист | |
| 29 | 22 | 136 | 846 | | | |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----|----|-----|-------|-----|----------------|--|
| 2 | - | 14 | 68 | 30 | Хлеб пшеничный | |
| 3 | 4 | 24 | 136 | 180 | Рагу овощное | |
| - | - | 14 | 53 | 200 | Чай с сахаром | |
| - | - | - | - | 20 | Вафли | |
| - | - | - | - | 5 | Соль | |
| 5 | 4 | 52 | 258 | | | |
| 49 | 44 | 268 | 1 625 | | | |

Руководитель

Седых Е.Н.



Исаева И.В.