

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | 07.02.23. |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|-----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |

Завтрак

| | | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|-----------------------|---|
| 1 | - | 9 | 45 | 20 | Хлеб пшеничный | - |
| 5 | 7 | 25 | 178 | 200 | Каша пшённая молочная | - |
| 2 | 2 | 17 | 92 | 180 | Чай с молоком | - |
| 9 | 9 | 51 | 315 | | | - |

Второй завтрак

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


Обед

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|-------|----------------------------------|---|
| - | 3 | 3 | 37 | 40 | Салат витаминный | - |
| 1 | 2 | 7 | 50 | 150 | Щи из свежей капусты со сметаной | - |
| 9 | 13 | 24 | 249 | 150 | Плов с мясом | - |
| - | - | 20 | 77 | 150 | Компот из сухофруктов и яблок | - |
| 5 | 1 | 37 | 178 | 20/15 | Хлеб пшеничный, ржаной | - |
| 16 | 19 | 91 | 591 | | | - |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----|----|-----|-------|-----|---------------------------|---|
| 1 | - | 9 | 45 | 20 | Хлеб пшеничный | - |
| 2 | 5 | 12 | 100 | 120 | Пудинг творожно-морковный | - |
| 1 | 1 | 8 | 50 | 15 | Молоко сгущенное | - |
| 5 | 5 | 7 | 96 | 150 | Йогурт питьевой | - |
| - | - | - | - | 3 | Соль | - |
| 9 | 12 | 37 | 292 | | | - |
| 35 | 40 | 189 | 1 238 | | | - |

Руководитель

Седых Е.Н. 

Калькулятор

Исаева И.В. 

Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | 07.02.23 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|-----|-----------------------|---|
| 2 | - | 14 | 68 | 30 | Хлеб пшеничный | - |
| 6 | 9 | 33 | 229 | 250 | Каша пшённая молочная | - |
| 2 | 2 | 19 | 100 | 200 | Чай с молоком | - |
| 11 | 11 | 66 | 397 | | | - |

Второй завтрак

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

Обед

| | | | | | | |
|----|----|-----|-----|-------|----------------------------------|---|
| - | 4 | 4 | 48 | 50 | Салат витаминный | - |
| 2 | 5 | 11 | 91 | 250 | Щи из свежей капусты со сметаной | - |
| 13 | 19 | 36 | 361 | 200 | Плов с мясом | - |
| - | - | 20 | 77 | 150 | Компот из сухофруктов и яблок | - |
| 6 | 1 | 46 | 220 | 25/20 | Хлеб пшеничный, ржаной | - |
| 22 | 28 | 117 | 796 | | | - |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|-----|---------------------------|---|
| 2 | - | 14 | 68 | 30 | Хлеб пшеничный | - |
| 16 | 13 | 26 | 280 | 150 | Пудинг творожно-морковный | - |
| 1 | 2 | 11 | 67 | 20 | Молоко сгущённое | - |
| 6 | 6 | 9 | 115 | 180 | Йогурт питьевой | - |
| - | - | - | - | 5 | Соль | - |
| 25 | 21 | 60 | 530 | | | - |

| | | | | |
|----|----|-----|-------|---|
| 59 | 61 | 253 | 1 766 | - |
|----|----|-----|-------|---|

Руководитель

Седых Е.Н. 

Калькулятор

Исаева И.В. 