

## Меню Ясли

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда | 22.12.22 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |          |

### Завтрак

|    |   |    |     |     |                                     |   |
|----|---|----|-----|-----|-------------------------------------|---|
| 1  | - | 9  | 45  | 20  | Хлеб пшеничный                      | - |
| 6  | 6 | 27 | 179 | 200 | Каша сборная молочная               | - |
| 3  | 2 | 16 | 92  | 150 | Кофейный напиток злаковый на молоке | - |
| 10 | 9 | 52 | 316 |     |                                     | - |

### Второй завтрак

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

### Обед

|    |    |     |     |       |                                  |   |
|----|----|-----|-----|-------|----------------------------------|---|
| -  | 3  | 9   | 61  | 40    | Салат из моркови и изюма         | - |
| 4  | 1  | 19  | 100 | 150   | Суп гороховый с гренками         | - |
| 13 | 7  | 13  | 173 | 180   | Ленивые голубцы в томатном соусе | - |
| -  | -  | 22  | 85  | 150   | Компот из свежих яблок и лимонов | - |
| 5  | 1  | 37  | 178 | 20/15 | Хлеб пшеничный, ржаной           | - |
| 23 | 12 | 101 | 598 |       |                                  | - |

### Уплотненный полдник

|    |    |     |       |       |                                   |   |
|----|----|-----|-------|-------|-----------------------------------|---|
| 5  | 9  | 16  | 164   | 20/15 | Хлеб пшеничный с кабачковой икрой | - |
| 4  | 8  | 5   | 111   | 80    | Суфле из яиц                      | - |
| -  | -  | 13  | 48    | 180   | Чай с сахаром                     | - |
| -  | -  | -   | -     | 3     | Соль                              | - |
| 10 | 17 | 34  | 323   |       |                                   | - |
| 43 | 38 | 196 | 1 278 |       |                                   | - |

Руководитель Седых Е.Н.

Калькулятор Исаева И.В.



## Меню Сад

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда | 22.12.22 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |          |

### Завтрак

|    |    |    |     |     |                                     |   |
|----|----|----|-----|-----|-------------------------------------|---|
| 2  | -  | 14 | 68  | 30  | Хлеб пшеничный                      | - |
| 7  | 8  | 33 | 225 | 250 | Каша сборная молочная               | - |
| 3  | 3  | 19 | 111 | 180 | Кофейный напиток злаковый на молоке | - |
| 12 | 11 | 66 | 404 |     |                                     | - |

### Второй завтрак

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

### Обед

|    |    |     |     |       |                                  |   |
|----|----|-----|-----|-------|----------------------------------|---|
| 1  | 4  | 12  | 80  | 50    | Салат из моркови и изюма         | - |
| 7  | 2  | 29  | 159 | 250   | Суп гороховый с гренками         | - |
| 16 | 8  | 18  | 211 | 200   | Ленивые голубцы в томатном соусе | - |
| -  | -  | 22  | 85  | 150   | Компот из свежих яблок и лимонов | - |
| 6  | 1  | 46  | 220 | 25/20 | Хлеб пшеничный, ржаной           | - |
| 30 | 15 | 128 | 755 |       |                                  | - |

### Уплотненный полдник

|    |    |     |       |       |                                   |   |
|----|----|-----|-------|-------|-----------------------------------|---|
| 5  | 10 | 28  | 306   | 30/20 | Хлеб пшеничный с кабачковой икрой | - |
| 6  | 10 | 6   | 137   | 95    | Суфле из яиц                      | - |
| -  | -  | 14  | 53    | 200   | Чай с сахаром                     | - |
| -  | -  | -   | -     | 5     | Соль                              | - |
| 11 | 20 | 49  | 496   |       |                                   | - |
| 54 | 46 | 252 | 1 698 |       |                                   | - |

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.

