

Меню Ясли

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | 08.02.24 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |

Завтрак

| | | | | | | |
|---|---|----|-----|-----|-------------------------------------|---|
| 1 | - | 9 | 45 | 20 | Хлеб пшеничный | - |
| 4 | 6 | 3 | 77 | 65 | Омлет с зелёным горошком | - |
| 3 | 2 | 16 | 92 | 150 | Кофейный напиток злаковый на молоке | - |
| 8 | 8 | 27 | 214 | | | - |

Второй завтрак

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

Обед

| | | | | | | |
|----|----|-----|-----|-------|---|---|
| 1 | 3 | 4 | 40 | 40 | Винегрет | - |
| 1 | 2 | 10 | 65 | 150 | Борщ красный со сметаной | - |
| 9 | 8 | 3 | 119 | 70 | Гуляш из отварного мяса кур в молочно-сметанном соусе | - |
| 4 | 4 | 22 | 138 | 80 | Каша гречневая рассыпчатая | - |
| - | - | 28 | 106 | 150 | Компот из апельсина и лимонов | - |
| 5 | 1 | 37 | 178 | 20/15 | Хлеб пшеничный, ржаной | - |
| 20 | 18 | 104 | 646 | | | - |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----|----|-----|-------|-----|--------------------|---|
| 1 | - | 9 | 45 | 20 | Хлеб пшеничный | - |
| 3 | 4 | 26 | 145 | 130 | Картофель в молоке | - |
| - | - | 13 | 48 | 180 | Чай с сахаром | - |
| - | - | - | - | 10 | Печенье | - |
| - | - | - | - | 3 | Соль | - |
| 5 | 4 | 48 | 238 | | | - |
| 33 | 31 | 188 | 1 139 | | | - |



Седых Е.Н.

Исаева И.В.

Меню Сад

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | 08.02.24 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|----|----|-----|-----|-------------------------------------|---|
| 2 | - | 14 | 68 | 30 | Хлеб пшеничный | - |
| 6 | 8 | 4 | 111 | 100 | Омлет с зелёным горошком | - |
| 3 | 3 | 19 | 111 | 180 | Кофейный напиток злаковый на молоке | - |
| 11 | 11 | 36 | 289 | | | - |

Второй завтрак

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

Обед

| | | | | | | |
|----|----|-----|-----|-------|--|---|
| 1 | 4 | 5 | 55 | 50 | Винегрет | - |
| 2 | 5 | 18 | 118 | 250 | Борщ красный со сметаной | - |
| 10 | 9 | 3 | 133 | 80 | Гуляш из отварного мяса кур в молочном-сметанном соусе | - |
| 5 | 6 | 27 | 172 | 100 | Каша гречневая рассыпчатая | - |
| - | - | 28 | 106 | 150 | Компот из апельсина и лимонов | - |
| 6 | 1 | 46 | 220 | 25/20 | Хлеб пшеничный, ржаной | - |
| 25 | 24 | 126 | 802 | | | - |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|----|----|-----|-------|-----|--------------------|---|
| 2 | - | 14 | 68 | 30 | Хлеб пшеничный | - |
| 4 | 5 | 29 | 166 | 150 | Картофель в молоке | - |
| - | - | 14 | 53 | 200 | Чай с сахаром | - |
| - | - | - | - | 20 | Вафли | - |
| - | - | - | - | 5 | Соль | - |
| 6 | 5 | 57 | 287 | | | - |
| 42 | 40 | 230 | 1 422 | | | - |

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.

