

## Меню Ясли

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда | 22.09.23. |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|-----------|
| 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  | Печенье        | - |
| -  | -  | -   | -     | 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 | 22.09.23 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| 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  | Печенье        | - |
| -  | -  | -   | -     | 5   | Соль           | - |
| 5  | 4  | 52  | 258   |     |                | - |
| 49 | 44 | 268 | 1 625 |     |                | - |

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.

