

# Меню Ясли

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда | 30.08.24. |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|-----------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |           |

## Завтрак

|    |    |    |     |        |                            |   |
|----|----|----|-----|--------|----------------------------|---|
| 2  | 5  | 10 | 92  | 20/3/6 | Бутерброд с маслом и сыром | - |
| 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             | - |
| -  | -  | -   | -     | 0,003 | Соль йодированная | - |
| 4  | 3  | 42  | 208   |       |                   | - |
| 35 | 32 | 210 | 1 239 |       |                   | - |

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.



# Меню Сад

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда | 30.08.24. |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|-----------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |           |

## Завтрак

|    |    |    |     |         |                            |   |
|----|----|----|-----|---------|----------------------------|---|
| 3  | 6  | 15 | 128 | 30/3/10 | Бутерброд с маслом и сыром | - |
| 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             | - |
| -  | -  | -   | -     | 0,005 | Соль йодированная | - |
| 5  | 4  | 52  | 258   |       |                   | - |
| 49 | 44 | 268 | 1 625 |       |                   | - |

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.

