

Меню Ясли

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда | 18.11.23 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |          |

Завтрак

|    |    |    |     |     |                      |   |
|----|----|----|-----|-----|----------------------|---|
| 1  | -  | 9  | 45  | 20  | Хлеб пшеничный       | - |
| 6  | 9  | 21 | 189 | 200 | Каша манная молочная | - |
| 2  | 2  | 17 | 92  | 180 | Чай с молоком        | - |
| 10 | 11 | 47 | 326 |     |                      | - |

Второй завтрак

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

Обед

|    |    |    |     |       |                                      |   |
|----|----|----|-----|-------|--------------------------------------|---|
| -  | 3  | 5  | 47  | 40    | Салат из зелёного горошка и кукурузы | - |
| 1  | 2  | 9  | 58  | 150   | Рассольник домашний со сметаной      | - |
| 11 | 15 | 19 | 254 | 170   | Мясо тушёное с овощами               | - |
| -  | -  | 22 | 85  | 150   | Компот из свежих яблок и лимонов     | - |
| 5  | 1  | 37 | 178 | 20/15 | Хлеб пшеничный, ржаной               | - |
| 18 | 22 | 91 | 623 |       |                                      | - |

Уплотненный полдник

|    |    |     |       |       |                                  |   |
|----|----|-----|-------|-------|----------------------------------|---|
| 1  | -  | 9   | 45    | 20    | Хлеб пшеничный                   | - |
| 13 | 16 | 25  | 308   | 150   | Запеканка творожная с вермишелью | - |
| -  | -  | 8   | 33    | 30    | Соус из кураги                   | - |
| -  | -  | 13  | 48    | 180   | Чай с сахаром                    | - |
| -  | -  | -   | -     | 0,003 | Соль йодированная                | - |
| 15 | 16 | 55  | 434   |       |                                  | - |
| 44 | 49 | 203 | 1 424 |       |                                  | - |

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.



# 

| Пищевая ценность |      |          |      | Выход | Наименование блюда | 18.11.25 |
|------------------|------|----------|------|-------|--------------------|----------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |       |                    |          |

### Завтрак

|    |    |    |     |     |                      |   |
|----|----|----|-----|-----|----------------------|---|
| 2  | -  | 14 | 68  | 30  | Хлеб пшеничный       | - |
| 6  | 9  | 22 | 204 | 250 | Каша манная молочная | - |
| 2  | 2  | 19 | 100 | 200 | Чай с молоком        | - |
| 11 | 12 | 55 | 371 |     |                      | - |

### Второй завтрак

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

### Обед

|    |    |     |     |       |                                      |   |
|----|----|-----|-----|-------|--------------------------------------|---|
| -  | 3  | 5   | 47  | 50    | Салат из зелёного горошка и кукурузы | - |
| 2  | 5  | 14  | 104 | 250   | Рассольник домашний со сметаной      | - |
| 13 | 19 | 23  | 306 | 200   | Мясо тушёное с овощами               | - |
| -  | -  | 22  | 85  | 150   | Компот из свежих яблок и лимонов     | - |
| 6  | 1  | 46  | 220 | 25/20 | Хлеб пшеничный, ржаной               | - |
| 22 | 28 | 110 | 762 |       |                                      | - |

### Уплотненный полдник

|    |    |     |       |       |                                  |   |
|----|----|-----|-------|-------|----------------------------------|---|
| 2  | -  | 14  | 68    | 30    | Хлеб пшеничный                   | - |
| 20 | 25 | 38  | 447   | 200   | Запеканка творожная с вермишелью | - |
| -  | -  | 11  | 44    | 40    | Соус из кураги                   | - |
| -  | -  | 14  | 53    | 200   | Чай с сахаром                    | - |
| -  | -  | -   | -     | 0,005 | Соль йодированная                | - |
| 22 | 25 | 77  | 612   |       |                                  | - |
| 56 | 64 | 252 | 1 788 |       |                                  | - |

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.

