
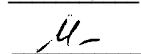


## Меню Дети Ясли

| Пищевая ценность |      |        |      | Выход | Наименование блюда        | Пищевая ценность |      |         |      | Выход | Наименование блюда                |
|------------------|------|--------|------|-------|---------------------------|------------------|------|---------|------|-------|-----------------------------------|
| Белки            | Жиры | Углево | ККал |       |                           | Белки            | Жиры | Углевод | ККал |       |                                   |
| <b>Завтрак</b>   |      |        |      |       |                           | <b>Завтрак</b>   |      |         |      |       |                                   |
| 6                | 7    | 28     | 162  | 200   | Каша манная молочная      | 6                | 7    | 28      | 162  | 150   | Каша манная молочная              |
| 4                | 4    | 20     | 127  | 180   | Какао на молоке           | 4                | 3    | 17      | 105  | 150   | Какао на молоке                   |
| 2                | 7    | 13     | 119  | 40/5  | Хлеб пш, масло            | 2                | 7    | 13      | 119  | 20/2  | Хлеб пш, масло                    |
| 12               | 17   | 61     | 407  |       |                           | 11               | 17   | 58      | 386  |       |                                   |
| <b>Обед</b>      |      |        |      |       |                           | <b>Обед</b>      |      |         |      |       |                                   |
| -                | 3    | 3      | 45   | 50    | Салат из свеклы и соленых | -                | 3    | 3       | 34   | 40    | Салат из свеклы и соленых огурцов |
| 2                | 8    | 11     | 142  | 200   | Щи из свежей капусты      | 1                | 2    | 7       | 50   | 150   | Щи из свежей капусты              |
| 18               | 10   | 12     | 211  | 65    | Печень тушенная в сметане | 10               | 10   | 4       | 150  | 60    | Печень по строгановски            |
| 5                | 10   | 18     | 185  | 150   | Картофельное пюре         | 5                | 10   | 18      | 185  | 100   | Картофельное пюре                 |
| -                | -    | 30     | 114  | 180   | Компот из сухофруктов     | -                | -    | 21      | 82   | 150   | Компот из сухофруктов             |
| 4                | 1    | 21     | 107  | 50    | Хлеб ржаной               | 3                | -    | 17      | 87   | 40    | Хлеб ржаной                       |
| 29               | 33   | 95     | 804  |       |                           | 19               | 26   | 70      | 588  |       |                                   |
| <b>Полдник</b>   |      |        |      |       |                           | <b>Полдник</b>   |      |         |      |       |                                   |
| 4                | 4    | 17     | 117  | 150   | Снежок                    | 4                | 2    | 15      | 93   | 135   | Снежок                            |
| 4                | 6    | 43     | 232  | 60    | Рогалик с повидлом        | 4                | 4    | 10      | 137  | 50    | Рогалик с повидлом                |
| 8                | 10   | 60     | 349  |       |                           | 8                | 6    | 25      | 230  |       |                                   |
| <b>Ужин</b>      |      |        |      |       |                           | <b>Ужин</b>      |      |         |      |       |                                   |
| 1                | 1    | 15     | 7    | 20    | Огурец консервированный   | 1                | 1    | 15      | 7    | 20    | Огурец консервированный           |
| 4                | 10   | 38     | 252  | 170   | Плов с овощами            | -                | -    | -       | -    | 150   | Плов с овощами                    |
| -                | -    | 17     | 65   | 165   | Напиток из шиповника      | -                | -    | 14      | 54   | 150   | Напиток из шиповника              |
| 3                | 1    | 19     | 95   | 35    | Хлеб пшеничный            | 3                | 1    | 19      | 95   | 25    | Хлеб пшеничный                    |
| 5                | 5    | -      | 63   | 40    | Яйцо                      | 5                | 5    | -       | 63   | 40    | Яйцо                              |
| 13               | 17   | 89     | 482  |       |                           | 9                | 7    | 49      | 219  |       |                                   |
| <b>Завтрак 2</b> |      |        |      |       |                           | <b>Завтрак 2</b> |      |         |      |       |                                   |
| -                | -    | 5      | 20   | 100   | Сок                       | -                | -    | 5       | 20   | 100   | Сок                               |
| -                | -    | 5      | 20   |       |                           | -                | -    | 5       | 20   |       |                                   |

Руководитель  
СПДС "Ягодка"  
Мл. воспитатель

Додина Н.В.

Мейдра И.В.