

## Меню Дети-сад

## Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал			Белки	Жиры	Углевод	ККал		

## Завтрак

6	7	28	162	200	Каша манная молочная						
-	-	13	48	180	Чай с сахаром						
3	1	22	108	40	Хлеб пшеничный						
1	1	-	18	5	Сыр						
10	9	63	336								

## Завтрак

6	7	28	162	150	Каша манная молочная						
-	-	13	48	150	Чай с сахаром						
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный						
1	1	-	18	3	Сыр						
10	9	60	322								

## Обед

1	3	6	59	50	Картофельный салат с луком						
2	6	15	118	200	Рассольник со сметаной						
14	10	16	158	70	Котлета мясная						
4	5	18	135	150	Капуста тушеная						
-	-	30	114	180	Компот из сухофруктов						
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной						
24	25	106	690								

## Обед

1	3	6	59	40	Картофельный салат с луком						
2	6	15	118	150	Рассольник со сметаной						
14	10	16	158	60	Котлета мясная						
4	5	18	138	100	Капуста тушеная						
-	-	21	82	150	Компот из сухофруктов						
4	1	17	87	40	Хлеб ржаной						
24	26	101	673								

## Полдник

-	5	7	91	150	Молоко						
3	7	26	180	20	Печенье 1 шт						
3	12	33	271								

## Полдник

3	3	5	61	100	Молоко						
3	7	26	180	20	Печенье 1 шт						
6	11	31	241								

## Ужин

-	2	2	32	30	Кабачковая икра						
18	10	12	211	80	Печень тушеная в сметане						
2	3	17	96	100	Картофель отварной						
-	-	-	1	180	Чай						
1	4	13	90	20	Печенье 1 шт						
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный						
24	20	64	526								

## Ужин

-	2	2	32	20	Кабачковая икра						
18	10	12	211	60	Печень тушеная в сметане						
1	2	15	82	85	Картофель отварной						
-	-	13	48	150	Чай						
1	4	13	90	20	Печенье 1 шт						
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный						
24	19	74	558								

## Завтрак 2

-	-	5	20	100	Сок						
-	-	5	20								

## Завтрак 2

-	-	5	20	100	Сок						
-	-	5	20								

Руководитель  
СПДС "Ягодка"  
Мл. воспитатель

Додина Н.В.  
Мейдра И.В.