

Меню дети от 3 до 7 лет корпус 1

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

завтрак

	3	3	36	0,030	Икра кабачковая
5	7	42	243	0,150	Макароны отварные с маслом
3	3	19	111	0,180	Кофейный напиток злаковый на
2	1	15	72	0,030	Батон
	6		52	0,010	Масло сливочное
11	19	79	514		

Завтрак второй

	5	20		0,100	Сок фруктовый
	5	20			

Обед

2	4	13	86	0,050	Винегрет
8	5	13	127	0,200	Суп картофельный с рыбой
				0,150	Каша гречневая рассыпчатая
1		20	76	0,180	Компот из кураги
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
4	4	22	109	0,050	Хлеб ржано пшеничный
15	17	4	168	0,080	гуляш мясной
31	30	83	620		

Полдник

5	4	7	90	0,150	Кефир
6	4	37	209	0,060	Булочка домашняя
		11	51	0,100	Яблоко порционно
12	9	55	349		

Ужин

1	4	5	60	0,050	Салат из свежей капусты
7	9	3	123	0,080	Омлет натуральный с сыром
		12	46	0,180	Чай с лимоном
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
10	14	32	284		

Руководитель СПДС

Ледяева В.Н.

Повар

Богатова Л.Е.

Младший воспитатель

Лукмазова Т.С.

Меню дети от 2 до 3 лет корпус 2

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

завтрак

1	4	4	49	0,025	Икра кабачковая
4	6	37	211	0,130	Макароны отварные с маслом
3	2	16	92	0,150	Кофейный напиток злаковый на
1	1	10	48	0,020	Батон
	6		52	0,010	Масло сливочное
9	19	66	452		

Завтрак второй

		5	20	0,100	Сок фруктовый
		5	20		

Обед

2	3	10	69	0,040	Винегрет
3	1	6	48	0,150	Суп картофельный с рыбой
8	5	42	234	0,130	Каша гречневая рассыпчатая
1		16	64	0,150	Компот из кураги
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
3	1	26	119	0,040	Хлеб ржано-пшеничный
21	24	5	231	0,070	Гуляш мясной
39	34	117	819		

Полдник

5	4	7	90	0,150	Кефир
4	5	31	174	0,050	Булочка домашняя
		11	51	0,100	Яблоко порционно
9	9	49	315		

Ужин

1	4	5	60	0,050	Салат из свежей капусты
7	9	3	123	0,080	Омлет натуральный с сыром
		14	52	0,150	Чай с лимоном
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
10	14	33	290		

Руководитель СПДС Ледяева В.Н.Повар Ларионова М.А.Младший воспитатель Лукмазова Т.С.

