

Меню дети от 3 до 7 лет корпус 1

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

завтрак

7	9	31	227	0,200	Каша геркулесовая
3	3	19	111	0,180	Кофейный напиток
3	6	15	128	30/5/9	Бутерброд с маслом и
14	18	65	465		

Завтрак второй

		5	20	0,100	Сок фруктовый
		5	20		

Обед

1	3	4	50	0,050	Салат из свеклы с маслом
7	2	29	159	0,200	Суп гороховый со сметаной
10	9	3	133	0,080	Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе
				0,150	Каша гречневая
		21	82	0,180	Компот из сухофруктов
	4	25	113	0,030	Хлеб пшеничный
4		22	111	0,05	Хлеб ржано-пшеничный
22	19	105	648		

Полдник

3	3	6	66	0,150	Ряженка
6	4	37	209	0,060	Булочка домашняя
		11	51	0,100	Яблоко порционно
10	8	54	326		

Ужин

1	3	6	57	0,060	Салат из картофеля с зеленым горошком
6	10	6	137	0,095	Суфле из яиц
		12	46	0,180	Чай с лимоном
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
8	14	36	294		

И.о.руководителя СПДС Никитина Ю.А.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

				0,150	каша геркулесовая
3	2	16	92	0,150	Кофейный напиток
3	5	13	120	20/5/5	Бутерброд с маслом и
6	7	29	212		

Завтрак второй

		5	20	0,100	Сок фруктовый
		5	20		

Обед

1	2	3		0,045	Салат из свеклы с маслом
5	2	22	119	0,150	Суп гороховый со сметаной
9	8	3	119	0,070	Гуляш из отварного мяса в
8	5	42	234	0,130	Каша гречневая
		18	68	0,150	Компот из сухофруктов
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
3	1	26	119	0,040	Хлеб ржано-пшеничный
27	18	125	714		

Полдник

3	3	6	66	0,150	Ряженка
4	5	31	174	0,050	Булочка домашняя
		11	51	0,100	Яблоко порционно
7	9	48	291		

Ужин

1	2	4	38	0,030	салат из картофеля с
6	10	6	137	0,095	Суфле из яиц
		14	52	0,150	Чай с лимоном
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
8	13	35	281		

И.о. руководителя СПДС Никитина Ю.А.Повар Ларионова М.А.Младший воспитатель Лукмазова Т.С.