

Меню дети от 3 до 7 лет корпус 1

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

завтрак

9	9	37	252	0,200	Каша гречневая молочная
3	3	19	111	0,180	Кофейный напиток злаковый на
2	1	15	72	0,030	Батон
	6		52	0,005	Масло сливочное
2	2		25	0,008	Сыр
17	20	71	512		

Завтрак второй

		5	20	0,100	Сок фруктовый
		5	20		

Обед

2	4	13	86	0,050	Винегрет
2	6	15	118	0,200	Рассольник домашний со сметаной
7	2	8	81	0,070	Котлета рыбная паровая
2	2	21	129	0,150	Рис отварной
		24	90	0,150	Кисель из яблок
	4	25	113	0,030	Хлеб пшеничный
4	4	22	109	0,050	Хлеб ржано пшеничный
18	22	128	726		

Полдник

3	3	6	66	0,150	Ряженка
3	1	12	81	0,030	Пряник
		11	51	0,100	Яблоко порционно
7	5	30	198		

Ужин

19	13	21	269	0,150	Творожная запеканка
		10	37	0,020	Повидло яблочное
			1	0,180	Чай без сахара
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
21	13	42	362		

Руководитель СПДС

Ледяева В.Н.

Повар

Богатова Л.Е.

Заведующий хозяйством

Горбунова В.Н.

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

завтрак

7	6	28	189	0,150	Каша гречневая молочная
3	2	16	92	0,150	Кофейный напиток злаковый на
1	1	10	48	0,020	Батон
	6		52	0,005	Масло сливочное
2	2		22	0,005	Сыр
12	17	54	404		

Завтрак второй

		5	20	0,100	Сок фруктовый
		5	20		

Обед

2	3	10	69	0,040	Винегрет
1	5	12	89	0,150	Рассольник домашний со сметаной
2	5	6	57	0,050	Котлета рыбная паровая
2	2	17	103	0,120	Рис отварной
		24	90	0,150	Кисель из яблок
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
3	1	26	119	0,040	Хлеб ржано-пшеничный
12	16	105	581		

Полдник

3	3	6	66	0,150	Ряженка
3	1	12	81	0,030	Пряник
		11	51	0,100	Яблоко порционно
7	5	30	198		

Ужин

15	10	17	216	0,120	Творожная запеканка
		20	74	0,015	Повидло яблочное
			1	0,180	Чай без сахара
2		11	54	0,020	Хлеб пшеничный
17	11	48	346		

Руководитель СПДС

Повар

Заведующий хозяйством

Ледяева В.Н.

Колесникова А.П.

Горбунова В.Н.