

**Меню ЯСЛИ 5 день**

| Пищевая ценность |      |         |       | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|------------------|------|---------|-------|-------|--------------------|-------------------|
| Белок            | Жиры | Углевод | К.Кал |       |                    |                   |

Завтрак ясли

|      |      |       |     |       |                            |       |
|------|------|-------|-----|-------|----------------------------|-------|
| 5.59 | 6.31 | 19.75 | 158 | .130  | Суп молочный с макаронными | 10-35 |
| 0.2  | 0.05 | 13.73 | 53  | .150  | Чай с сахаром и лимоном    | 2-48  |
| 0.02 | 0    | 3.44  | 13  | .20\5 | Бутерброд с повидлом       | 3-98  |
| 6    | 6    | 37    | 224 |       |                            | 16-81 |

завтрак2

|   |   |      |    |      |                      |      |
|---|---|------|----|------|----------------------|------|
| 0 | 0 | 9.88 | 38 | .100 | Напиток из шиповника | 2-67 |
| 0 | 0 | 10   | 38 |      |                      | 2-67 |

Обед ясли

|      |      |       |     |      |                            |       |
|------|------|-------|-----|------|----------------------------|-------|
| 0.46 | 1.53 | 3.19  | 28  | .030 | Салат "Ералаш"             | 2-16  |
| 5.07 | 3.72 | 15.85 | 125 | .150 | Суп картофельный с горохом | 3-51  |
| 7.56 | 6.8  | 37.19 | 244 | .100 | Каша гречневая рассыпчатая | 6-51  |
| 1.07 | 1.91 | 5.11  | 42  | .050 | Котлета из грудки кур.     | 15-25 |
| 0.12 | 0.12 | 14.17 | 56  | .150 | Компот из свежих яблок     | 6-73  |
| 0.25 | 0.62 | 1.93  | 14  | .020 | Соус красный основной      | 0-47  |
| 3.3  | 0.6  | 17.1  | 90  | .010 | Хлеб "Урожайный"           | 0-63  |
| 2.28 | 0.24 | 15.3  | 71  | .020 | Хлеб пшеничный             | 1-53  |
| 20   | 16   | 110   | 670 |      |                            | 36-79 |

Полдник ясли

|      |      |       |     |      |                  |       |
|------|------|-------|-----|------|------------------|-------|
| 3.57 | 6.04 | 29.53 | 174 | .050 | Булочка домашняя | 3-96  |
| 5.04 | 5.76 | 7.38  | 106 | .100 | Кефир            | 11-40 |
| 9    | 12   | 37    | 280 |      |                  | 15-36 |

Ужин сад

|      |      |       |     |      |                            |       |
|------|------|-------|-----|------|----------------------------|-------|
| 1.98 | 0.4  | 16.14 | 79  | .100 | Картофель отварной         | 5-50  |
| 1.25 | 1.43 | 4.88  | 37  | .050 | Биточки рыбные             | 15-45 |
| 0.15 | 0.07 | 5.62  | 24  | .150 | Чай с яблоком и сахаром    | 2-82  |
| 0    | 0    | 0     | 0   | .150 | Вода питьевая на весь день | 1-81  |
| 3.3  | 0.6  | 17.1  | 90  | .010 | Хлеб "Урожайный"           | 0-63  |
| 2.28 | 0.24 | 15.3  | 71  | .020 | Хлеб пшеничный             | 1-53  |
| 0.94 | 1.26 | 2.2   | 38  | .020 | Соус сметанный с томатом   | 1-91  |
| 10   | 4    | 61    | 339 |      |                            | 29-65 |

Руководитель

Старшая медсестра

Катсультар

Повар

заведующий Бешкарева Елена Николаевна

Пряшина АН