ГБОУ СОШ с.Ягодное

07 февраля 2024 г.

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал			Белки	Жиры	Углевод	ККал		
				Завтрак						**Завтрак**	
7	8	32	223	200	Каша ячневая молочная	7	8	32	223	150	Каша ячневая молочная
3	3	19	111	180	Кофейный напиток на молоке	3	2	16	92	150	Кофейный напиток на молоке
5	7	20	167	40/5/8	Бутерброд с маслом и сыром	3	6	15	128	20/5/5	Бутерброд с маслом и сыром
16	18	72	500			13	17	63	443		
				Обед						**Обед**	
-	2	1	21	50	Салат из капусты и моркови	-	2	1	21	40	Салат из капусты и моркови
2	2	16	84	200	Суп вермишелевый	2	4	14	69	150	Суп вермишелевый
13	19	36	361	200	Плов из кур	9	13	24	249	150	Плов из кур
-	-	18	93	180	Кисель	-	-	18	73	150	Кисель
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной	3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
19	23	93	666			14	20	74	499		
				Полдник						**Полдник**	
4	4	6	75	150	Кефир	4	3	5	50	135	Кефир
3	7	26	180	20	Печенье 1 шт	3	7	26	180	20	Печенье 1 шт
7	11	32	255			7	10	31	230		
				Ужин						**Ужин**	
19	13	21	269	150	Творожная запеканка	19	13	21	269	150	Творожная запеканка
-	-	14	53	20	Повидло	-	-	14	53	10	Повидло
-	-	12	46	180	Чай с лимоном	-	-	14	53	150	Чай с лимоном
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный	3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
22	14	66	463			22	14	68	470		
				Завтрак 2						**Завтрак 2**	
-	-	5	20	100	Сок	-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20			-	-	5	20		

Руководитель СПДС "Ягодка" — Додина Н.В.

Мл. воспитатель — Мейдра И.В.