ГБОУ СОШ с.Ягодное

11 марта 2024 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		
				Завтрак	
5	7	42	243	150	Макароны отварные с маслом
-	2	2	32	30	Кабачковая икра
-	-	12	46	180	Чай с лимоном
5	4	20	137	40/9	Хлеб пшеничный, сыр
11	13	77	459		
				Обед	
1	4	2	41	50	Салат "Зимний"
10	2	18	147	200	Суп рыбный "Лосось"
19	21	5	230	80	Гуляш мясной
7	8	41	259	150	Гречка отварная
1	-	20	76	180	Компот из кураги
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
41	36	107	860		
				Полдник	
4	4	6	75	150	Кефир
4	6	37	209	60	Булочка домашняя
9	10	43	284		
				Ужин	
1	2	5	33	30	Салат из кукурузы
6	10	6	137	95	Суфле из яиц
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
-	-	11	50	185	Яблоко
10	13	54	362		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
				Завтрак	
3	5	28	162	100	Макароны отварные с маслом
-	2	2	32	20	Кабачковая икра
-	-	14	53	150	Чай с лимоном
5	4	20	137	30/5	Хлеб пш, сыр
9	11	65	385		
				Обед	
1	4	2	41	40	Салат "Зимний"
8	2	14	137	150	Суп рыбный "Лосось"
19	21	5	230	70	Гуляш мясной
3	4	21	187	100	Гречка отварная
-	-	21	82	150	Компот из кураги
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
34	32	81	763		
				Полдник	
4	3	5	50	135	Кефир
4	5	31	174	50	Булочка домашняя
7	8	36	224		
				Ужин	
1	2	5	33	30	Салат из кукурузы
6	10	6	137	95	Суфле из яиц
-	-	13	48	150	Чай с сахаром
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
-	-	11	50	185	Яблоко
10	13	54	362		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Руководитель СПДС "Ягодка" — Додина Н.В.

Мл. воспитатель — Мейдра И.В.