ГБОУ СОШ с.Ягодное

13 октября 2023 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		
				Завтрак	
6	8	34	223	200	Каша рисовая молочная
4	4	20	127	180	Какао на молоке
2	7	13	119	40/5	Хлеб пш, масло
13	18	67	469		
				Обед	
1	3	4	50	50	Салат из свежей капусты
2	5	18	118	200	Борщ красный со сметаной
15	12	9	197	80	Рыба припущенная
5	10	18	185	150	Картофельное пюре
-	-	18	93	180	Кисель
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
27	32	88	750		
				Полдник	
4	4	6	75	150	Кефир
2	9	19	156	30	Вафли
6	12	25	231		
				Ужин	
7	8	21	208	150	Пудинг творожно-морковный
-	-	14	53	10	Повидло
-	-	23	94	200	Сок
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
10	9	77	450		
				Завтрак 2	
-	-	11	50	185	Яблоко
-	-	11	50		

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
				Завтрак	
6	8	34	223	150	Каша рисовая молочная
4	3	17	105	150	Какао на молоке
2	7	13	119	20/2	Хлеб пш, масло
12	17	64	448		
				Обед	
1	3	4	50	40	Салат из свежей капусты
2	1	10	52	150	Борщ красный со сметаной
8	8	9	150	45	Рыба припущенная
5	10	18	185	100	Картофельное пюре
-	-	18	73	150	Кисель
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
18	23	76	597		
				Полдник	
4	3	5	50	135	Кефир
1	7	11	113	15	Вафли
5	11	16	163		
				Ужин	
7	8	21	208	150	Пудинг творожно-морковный
-	-	14	53	10	Повидло
-	-	8	30	150	Сок
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
10	9	61	386		
				Завтрак 2	
-	-	11	50	185	Яблоко
-	-	11	50		

Руководитель СПДС "Ягодка" — Додина Н.В.

Мл. воспитатель — Мейдра И.В.