

Меню Дети-сад

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал			Белки	Жиры	Углевод	ККал		

Завтрак

9	9	37	252	200	Каша гречневая молочная
4	4	20	127	180	Какао на молоке
2	7	13	119	40/5	Хлеб пш, масло
15	19	70	498		

Обед

1	4	3	35	50	Салат из свежих огурцов
2	2	16	84	200	Суп вермишелевый
14	16	16	221	180	Рагу из кур
-	-	30	114	180	Компот из сухофруктов
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
20	22	85	561		

Полдник

4	4	6	75	150	Кефир
3	7	26	180	20	Печенье 1 шт
7	11	32	255		

Ужин

19	13	21	269	150	Запеканка творожная с рисом
-	-	14	53	20	Повидло
-	-	18	93	180	Кисель
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
-	-	11	50	185	Яблоко
22	14	83	559		

Завтрак 2

-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Руководитель
СПДС "Ягодка"
Мл. воспитатель

Ф.И.
И.

Додина Н.В.
Мейдра И.В.

Завтрак

9	9	37	252	150	Каша гречневая молочная
4	3	17	105	150	Какао на молоке
2	7	13	119	20/2	Хлеб пш, масло
14	18	67	476		

Обед

-	3	1	28	40	Салат из свежих огурцов
2	4	14	69	150	Суп вермишелевый
10	13	14	211	150	Рагу из кур
-	-	21	82	150	Компот из сухофруктов
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
15	21	67	476		

Полдник

4	3	5	50	135	Кефир
3	7	26	180	20	Печенье 1 шт
7	11	31	230		

Ужин

19	13	21	269	150	Запеканка творожная с рисом
-	-	14	53	10	Повидло
-	-	18	73	150	Кисель
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
-	-	6	25	170	Яблоко
22	14	77	514		

Завтрак 2

-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		