ГБОУ СОШ с.Ягодное

16 мая 2024 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		
				Завтрак	
5	12	32	264	200	Каша геркулесовая молочная
4	4	20	127	180	Какао на молоке
5	7	20	167	40/5/8	Хлеб пш с маслом и сыром
15	23	72	557		
				Обед	
1	4	2	41	50	Салат "Зимний"
7	5	28	161	200	Суп овощной со сметаной
18	24	18	299	200	Капуста тушеная с мясом
-	-	30	114	180	Компот из сухофруктов
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
29	33	99	722		
				Полдник	
4	4	17	117	150	Снежок
2	9	19	156	30	Вафли
6	13	36	273		
				Ужин	
1	2	5	33	30	Салат из зелёного горошка
10	6	7	118	30	Печень тушеная в сметане
5	10	18	185	150	Картофельное пюре
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
19	19	61	479		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
				Завтрак	
4	10	26	211	150	Каша геркулесовая молочная
4	3	17	105	150	Какао на молоке
3	6	15	128	20/5/5	Хлеб пшеничный с маслом и сыром
11	19	58	444		
				Обед	
1	4	2	41	40	Салат "Зимний"
1	2	6	41	150	Суп овощной со сметаной
14	16	16	221	170	Капуста тушеная с мясом
-	-	21	82	150	Компот из сухофруктов
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
19	21	62	472		
				Полдник	
4	4	15	93	135	Снежок
1	7	11	113	15	Вафли
5	11	26	206		
				Ужин	
1	2	5	33	30	Салат из зелёного горошка
10	6	7	118	30	Печень тушеная в сметане
5	10	18	185	100	Картофельное пюре
-	-	13	48	150	Чай с сахаром
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
19	19	61	479		
				Завтрак 2	
-	-	8	30	150	Сок
-	-	8	30		

Руководитель СПДС "Ягодка" — Додина Н.В.

Мл. воспитатель — Мейдра И.В.