ГБОУ СОШ с.Ягодное

1 ноября 2023 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		
				Завтрак	
6	7	28	162	200	Каша манная молочная
-	-	13	48	180	Чай с сахаром
5	7	20	167	40/5/8	Бутерброд с маслом и сыром
11	14	61	376		
				Обед	
-	2	1	21	50	Салат из капусты и моркови
3	4	22	138	200	Суп с клецками
14	16	16	221	200	Картофель тушеный с отварной курицей
1	-	20	76	180	Компот из кураги
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
22	23	80	564		
				Полдник	
4	4	6	75	150	Кефир
2	2	30	146	40	Пряник
7	6	36	221		
				Ужин	
1	6	8	85	40	Салат из моркови
19	13	21	269	150	Запеканка творожная с рисом
-	-	18	93	180	Кисель
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
-	-	11	50	185	Яблоко
23	20	78	592		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
				Завтрак	
6	7	28	162	150	Каша манная молочная
-	-	13	48	150	Чай с сахаром
3	6	15	128	20/5/5	Бутерброд с маслом и сыром
9	13	56	337		
				Обед	
-	2	1	21	40	Салат из капусты и моркови
3	4	22	138	150	Суп с клецками
14	16	16	221	180	Картофель тушеный с отварной курицей
-	-	21	82	150	Компот из кураги
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
20	22	78	549		
				Полдник	
4	3	5	50	135	Кефир
2	2	30	146	40	Пряник
6	6	35	196		
				Ужин	
1	6	8	85	40	Салат из моркови
19	13	21	269	150	Запеканка творожная с рисом
-	-	18	73	150	Кисель
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
-	-	11	50	185	Яблоко
23	20	78	572		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Руководитель СПДС "Ягодка" _____ Додина Н.В.

Мл. воспитатель _____ Мейдра И.В.