ГБОУ СОШ с.Ягодное

20 августа 2024 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		
				Завтрак	
7	8	32	224	200	Каша пшённая молочная
2	2	17	92	180	Чай с молоком
2	7	13	119	40/5	Хлеб пш, масло
5	5	-	63	40	Яйцо
17	22	62	497		
				Обед	
1	2	14	35	50	Салат из свежих овощей
1	2	12	68	200	Суп перловый
10	9	3	133	80	Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе
7	8	41	259	150	Гречка отварная
1	-	24	92	180	Компот из изюма и кураги
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
23	22	115	693		
				Полдник	
4	4	17	117	150	Снежок
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
7	5	36	212		
				Ужин	
3	9	16	148	200	Овощи тушеные в сметанном соусе
-	-	-	1	180	Чай
2	9	19	156	30	Вафли
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
8	18	54	400		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
				Завтрак	
8	9	36	246	150	Каша пшённая молочная
2	2	17	92	150	Чай с молоком
2	7	13	119	20/2	Хлеб пш, масло
5	5	-	63	40	Яйцо
18	22	66	520		
				Обед	
1	2	14	35	40	Салат из свежих овощей
1	1	8	40	150	Суп перловый
19	21	5	230	70	Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе
3	4	21	187	100	Гречка отварная
-	-	21	82	150	Компот из изюма и кураги
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
26	29	86	660		
				Полдник	
4	2	15	93	135	Снежок
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
7	3	34	188		
				Ужин	
3	8	12	124	170	Овощи тушеные в сметанном соусе
-	-	13	48	150	Чай
1	7	11	113	15	Вафли
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
7	16	55	380		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок

Руководитель СПДС "Ягодка" _____ Додина Н.В.

Мл. воспитатель _____ Мейдра И.В.