ГБОУ СОШ с.Ягодное

23 января 2024 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		
				Завтрак	
12	5	32	264	200	Каша сборная молочная
-	-	12	46	180	Чай с лимоном
3	6	15	128	20/5/5	Бутерброд с маслом и сыром
15	12	60	438		
				Обед	
1	6	8	85	50	Салат из моркови с чесноком
2	8	11	142	200	Щи из свежей капусты
9	12	28	252	200	Жаркое по - домашнему
-	-	30	114	180	Компот из сухофруктов
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
16	27	98	700		
				Полдник	
4	4	17	117	150	Снежок
4	6	43	232	60	Рогалик с повидлом
8	10	60	349		
				Ужин	
3	9	16	148	200	Овощи тушеные в сметанном соусе
-	-	17	65	180	Напиток из шиповника
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
6	9	52	308		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
				Завтрак	
12	5	32	264	150	Каша сборная молочная
-	-	14	53	150	Чай с лимоном
3	6	15	128	20/5/5	Бутерброд с маслом и сыром
15	12	61	445		
				Обед	
1	6	8	85	40	Салат из моркови с чесноком
1	2	7	50	150	Щи из свежей капусты
14	16	16	221	170	Жаркое по - домашнему
-	-	21	82	150	Компот из сухофруктов
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
19	24	70	525		
				Полдник	
4	2	15	93	135	Снежок
3	3	28	148	50	Сдоба
7	5	43	241		
				Ужин	
3	8	12	124	170	Овощи тушеные в сметанном соусе
-	-	14	54	150	Напиток из шиповника
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
6	8	46	273		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Руководитель СПДС "Ягодка" — Додина Н.В.

Мл. воспитатель — Мейдра И.В.