ГБОУ СОШ с.Ягодное

23 апреля 2024 г.

**Меню Дети Ясли**

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углево | ККал | | | Белки | Жиры | Углевод | ККал | | |
| | | | | **Завтрак** | | | | | | **Завтрак** | |
| 6 | 7 | 28 | 162 | 200 | Каша манная молочная | 6 | 7 | 28 | 162 | 150 | Каша манная молочная |
| 4 | 4 | 20 | 127 | 180 | Какао на молоке | 4 | 3 | 17 | 105 | 150 | Какао на молоке |
| 2 | 7 | 13 | 119 | 40/5 | Хлеб пш, масло | 2 | 7 | 13 | 119 | 20/2 | Хлеб пш, масло |
| 12 | 17 | 61 | 407 | | | 11 | 17 | 58 | 386 | | |
| | | | | **Обед** | | | | | | **Обед** | |
| - | 3 | 3 | 45 | 50 | Салат из свеклы и соленых | - | 3 | 3 | 34 | 40 | Салат из свеклы и соленых огурцов |
| 2 | 8 | 11 | 142 | 200 | Щи из свежей капусты | 1 | 2 | 7 | 50 | 150 | Щи из свежей капусты |
| 18 | 10 | 12 | 211 | 65 | Печень тушеная в сметане | 10 | 10 | 4 | 150 | 60 | Печень по строгановски |
| 5 | 10 | 18 | 185 | 150 | Картофельное пюре | 5 | 10 | 18 | 185 | 100 | Картофельное пюре |
| - | - | 30 | 114 | 180 | Компот из сухофруктов | - | - | 21 | 82 | 150 | Компот из сухофруктов |
| 4 | 1 | 21 | 107 | 50 | Хлеб ржаной | 3 | - | 17 | 87 | 40 | Хлеб ржаной |
| 29 | 33 | 95 | 804 | | | 19 | 26 | 70 | 588 | | |
| | | | | **Полдник** | | | | | | **Полдник** | |
| 4 | 4 | 17 | 117 | 150 | Снежок | 4 | 2 | 15 | 93 | 135 | Снежок |
| 4 | 6 | 43 | 232 | 60 | Рогалик с повидлом | 4 | 4 | 10 | 137 | 50 | Рогалик с повидлом |
| 8 | 10 | 60 | 349 | | | 8 | 6 | 25 | 230 | | |
| | | | | **Ужин** | | | | | | **Ужин** | |
| 1 | 1 | 15 | 7 | 20 | Огурец консервированный | 1 | 1 | 15 | 7 | 20 | Огурец консервированный |
| 4 | 10 | 38 | 252 | 170 | Плов с овощами | - | - | - | - | 150 | Плов с овощами |
| - | - | 17 | 65 | 165 | Напиток из шиповника | - | - | 14 | 54 | 150 | Напиток из шиповника |
| 3 | 1 | 19 | 95 | 35 | Хлеб пшеничный | 3 | 1 | 19 | 95 | 25 | Хлеб пшеничный |
| 5 | 5 | - | 63 | 40 | Яйцо | 5 | 5 | - | 63 | 40 | Яйцо |
| 13 | 17 | 89 | 482 | | | 9 | 7 | 49 | 219 | | |
| | | | | **Завтрак 2** | | | | | | **Завтрак 2** | |
| - | - | 5 | 20 | 100 | Сок | - | - | 5 | 20 | 100 | Сок |
| - | - | 5 | 20 | | | - | - | 5 | 20 | | |

Руководитель СПДС "Ягодка" — Додина Н.В.

Мл. воспитатель — Мейдра И.В.