ГБОУ СОШ с.Ягодное

16 декабря 2024 г.

Меню Дети-сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал		
				Завтрак	
5	12	32	264	200	Каша геркулесовая молочная
3	3	19	111	180	Кофейный напиток на молоке
5	7	20	167	40/5/8	Бутерброд с маслом и сыром
14	22	71	541		
				Обед	
1	3	4	50	50	Салат из свеклы с маслом
7	2	29	159	200	Суп гороховый с гренками
10	9	3	133	80	Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе
7	8	41	259	150	Гречка отварная
-	-	30	114	180	Компот из сухофруктов
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
28	24	129	821		
				Полдник	
4	4	6	75	150	Кефир
4	6	37	209	60	Булочка домашняя
9	10	43	284		
				Ужин	
1	3	6	59	50	Картофельный салат с луком
6	10	6	137	95	Суфле из яиц
-	-	12	46	180	Чай с лимоном
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
-	-	11	50	185	Яблоко
9	15	55	386		
				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
3	2	16	92	150	Кофейный напиток на молоке
3	6	15	128	20/5/5	Бутерброд с маслом и сыром
10	18	57	431		
				Обед	
-	3	4	38	40	Салат из свеклы с маслом
4	1	19	100	150	Суп гороховый с гренками
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 сухофруктов
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
30	30	88	724		
				Полдник	
4	3	5	50	135	Кефир
4	5	31	174	50	Булочка домашняя
7	8	36	224		
				Ужин	
1	3	6	59	40	Картофельный салат с луком
6	10	6	137	95	Суфле из яиц
-	-	14	53	150	Чай с лимоном
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
-	-	11	50	185	Яблоко
9	15	57	393		
				Завтрак 2	
-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Руководитель СПДС "Ягодка" — Додина Н.В.

Мл. воспитатель — Мейдра И.В.