

Меню Дети-сад

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал			Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак											
7	8	31	218	200	Суп молочный с вермишелью	4	5	23	180	150	Суп молочный с вермишелью
3	3	19	111	180	Кофейный напиток на молоке	3	2	16	92	150	Кофейный напиток на молоке
5	7	20	167	40/5/8	Хлеб пш с маслом и сыром	3	6	15	128	20/5/5	Хлеб пшеничный с маслом и
16	18	70	495			10	13	54	399		
Обед											
-	2	1	21	50	Салат из капусты и моркови	-	2	1	21	40	Салат из капусты и моркови
3	4	22	138	200	Суп с клецками	3	4	22	138	150	Суп с клецками
13	19	36	361	200	Плов из кур	9	13	24	249	150	Плов из кур
-	-	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
21	26	111	741			16	20	86	578		
Полдник											
4	4	6	75	150	Кефир	4	3	5	50	135	Кефир
3	7	26	180	20	Печенье 1 шт	3	7	26	180	20	Печенье 1 шт
7	11	32	255			7	11	31	230		
Ужин											
1	6	8	85	40	Салат из моркови	1	6	8	85	40	Салат из моркови
19	13	21	269	150	Творожная запеканка	19	13	21	269	150	Творожная запеканка
-	-	14	53	20	Повидло	-	-	14	53	10	Повидло
-	-	13	48	180	Чай с сахаром	-	-	13	48	150	Чай с сахаром
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный	3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
23	19	75	550			23	19	75	550		
Завтрак 2											
-	-	5	20	100	Сок	-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20			-	-	5	20		

Руководитель
СПДС "Ягодка"
Мл. воспитатель




Додина Н.В.
Мейдра И.В.