

Меню Дети-сад

Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углевод	ККал			Белки	Жиры	Углевод	ККал		

Завтрак

6	7	28	162	200	Каша манная молочная		
-	-	13	48	180	Чай с сахаром		
5	7	20	167	40/5/8	Бутерброд с маслом и сыром		
11	14	61	376				

Завтрак

6	7	28	162	150	Каша манная молочная		
-	-	13	48	150	Чай с сахаром		
3	6	15	128	20/5/5	Бутерброд с маслом и сыром		

Обед

-	2	1	21	50	Салат из капусты и моркови		
3	4	22	138	200	Суп с клецками		
14	16	16	221	200	Картофель тушеный с отварной курицей		
1	-	20	76	180	Компот из кураги		
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной		
22	23	80	564				

Обед

-	2	1	21	40	Салат из капусты и моркови		
3	4	22	138	150	Суп с клецками		
14	16	16	221	180	Картофель тушеный с отварной курицей		
1	-	21	82	150	Компот из кураги		
4	1	17	87	40	Хлеб ржаной		
20	22	78	549				

Полдник

-	5	7	91	150	Молоко		
3	7	26	180	20	Печенье 1 шт		
3	12	33	271				

Полдник

3	3	5	61	100	Молоко		
3	7	26	180	20	Печенье 1 шт		
6	11	31	241				

Ужин

1	4	12	80	50	Салат из моркови с изюмом		
19	13	21	269	150	Запеканка творожная с рисом		
-	-	18	93	180	Кисель		
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный		
22	17	70	536				

Ужин

1	4	12	80	40	Салат из моркови с изюмом		
19	13	21	269	150	Запеканка творожная с рисом		
-	-	18	73	150	Кисель		
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный		
22	17	70	516				

Завтрак 2

-	-	5	20	100	Сок		
-	-	5	20				

Завтрак 2

-	-	5	20	100	Сок		
-	-	5	20				

Руководитель
СПДС "Ягодка"
Мл. воспитатель




Додина Н.В.
Мейдра И.В.