

## Меню Дети-сад

## Меню Дети Ясли

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углево	ККал			Белки	Жиры	Углевод	ККал		
<b>Завтрак</b>						<b>Завтрак</b>					
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
2	7	13	119	40/5	Хлеб пш, масло	2	7	13	119	20/2	Хлеб пш, масло
13	18	62	447			9	14	51	391		
<b>Обед</b>						<b>Обед</b>					
-	3	3	34	35	Салат из соленых огурцов	-	3	3	34	25	Салат из соленых огурцов
7	5	28	161	200	Суп овощной со сметаной	1	2	6	41	150	Суп овощной со сметаной
13	19	36	361	200	Плов из кур	9	13	24	249	150	Плов из кур
1	-	24	92	180	Компот из изюма и кураги	-	-	21	82	150	Компот из изюма и кураги
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной	3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
25	27	111	755			14	18	71	493		
<b>Полдник</b>						<b>Полдник</b>					
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		
<b>Ужин</b>						<b>Ужин</b>					
15	10	17	216	120	Запеканка творожная	15	10	17	216	120	Запеканка творожная
-	-	14	53	20	Повидло	-	-	14	53	10	Повидло
-	-	18	93	180	Кисель	-	-	18	73	150	Кисель
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный	3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
5	5	-	63	40	Яйцо	5	5	-	63	40	Яйцо
23	16	68	519			23	16	68	499		
<b>Завтрак 2</b>						<b>Завтрак 2</b>					
-	-	11	50	185	Яблоко	-	-	6	25	170	Яблоко
-	-	11	50			-	-	6	25		

Руководитель  
СПДС "Ягодка"  
Мл. воспитатель

  


Додина Н.В.

Мейдра И.В.