

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						Завтрак					
7	8	31	218	200	Суп молочный с вермишелью	4	5	23	180	150	Суп молочный с вермишелью
-	-	12	46	180	Чай с лимоном	-	-	14	53	150	Чай с лимоном
5	4	20	137	40/9	Хлеб пшеничный, сыр	5	4	20	137	30/5	Хлеб пш, сыр
5	5	-	63	40	Яйцо	5	5	-	63	40	Яйцо
18	17	64	464			15	13	57	433		
Обед						Обед					
1	1	15	7	20	Огурец консервированный	1	1	15	7	20	Огурец консервированный
2	5	18	118	200	Борщ красный со сметаной	2	1	10	52	150	Борщ красный со сметаной
14	10	16	158	70	Котлета мясная	12	8	15	138	60	Котлета мясная
6	4	30	199	150	Гороховое пюре	3	3	20	130	100	Гороховое пюре
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
27	20	123	681			21	14	98	496		
Полдник						Полдник					
3	4	5	61	150	Молоко	3	4	5	61	100	Молоко
5	11	39	260	60	Плюшка "Московская"	4	4	10	137	50	Плюшка "Московская"
7	14	43	321			6	7	15	198		
Ужин						Ужин					
-	3	3	34	35	Салат из соленых огурцов	-	3	3	34	25	Салат из соленых огурцов
3	4	32	168	180	Картофель тушённый с луком и томатом	3	3	27	141	150	Картофель тушённый с луком и томатом
-	-	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
6	7	71	362			6	7	63	324		
Завтрак 2						Завтрак 2					
-	-	11	50	185	Яблоко	-	-	6	25	170	Яблоко
-	-	11	50			-	-	6	25		

Руководитель
СПДС "Ягодка"
Мл. воспитатель




Додина Н.В.
Мейдра И.В.