

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	33	225	200	Каша "Дружба"
-	-	12	46	180	Чай с лимоном
5	4	20	137	40/9	Хлеб пшеничный, сыр
12	12	65	409		

7	8	33	225	150	Каша "Дружба"
-	-	14	53	150	Чай с лимоном
5	4	20	137	30/5	Хлеб пш, сыр
12	12	67	416		

Обед

Обед

-	3	3	34	35	Салат из соленых огурцов
2	5	13	98	200	Суп крестьянский
9	12	28	252	200	Жаркое по - домашнему
-	-	30	114	180	Компот из сухофруктов
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной
15	20	94	604		

-	3	3	34	25	Салат из соленых огурцов
1	2	8	56	150	Суп крестьянский
14	16	16	221	170	Жаркое по - домашнему
-	-	21	82	150	Компот из сухофруктов
3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
18	21	65	480		

Полдник

Полдник

-	5	7	91	150	Молоко
4	6	43	232	60	Сдоба
5	11	50	323		

3	3	5	61	100	Молоко
3	3	28	148	50	Сдоба
6	7	33	208		

Ужин

Ужин

3	9	16	148	200	Овощи тушеные в сметанном соусе
-	-	-	1	180	Чай
1	4	13	90	20	Печенье 1 шт
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный
8	13	48	335		

3	8	12	124	170	Овощи тушеные в сметанном соусе
-	-	13	48	150	Чай
1	4	13	90	20	Печенье 1 шт
3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
7	12	57	357		

Завтрак 2

Завтрак 2

-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20		

Руководитель
СПДС "Ягодка"
Мл. воспитатель




Додина Н.В.

Мейдра И.В.