

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						
9	13	56	337								

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.