ГБОУ СОШ с.Ягодное

16 ноября 2026 г.

**Меню Дети-сад**

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углево | ККал | | |
| | | | | **Завтрак** | |
| 5 | 12 | 32 | 264 | 200 | Каша геркулесовая молочная |
| 3 | 3 | 19 | 111 | 180 | Кофейный напиток на молоке |
| 5 | 7 | 20 | 167 | 40/5/8 | Бутерброд с маслом и сыром |
| 14 | 22 | 71 | 541 | | |
| | | | | **Обед** | |
| 1 | 3 | 4 | 50 | 50 | Салат из свеклы с маслом |
| 7 | 2 | 29 | 159 | 200 | Суп гороховый с гренками |
| 10 | 9 | 3 | 133 | 80 | Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе |
| 7 | 8 | 41 | 259 | 150 | Гречка отварная |
| - | - | 30 | 114 | 180 | Компот из сухофруктов |
| 4 | 1 | 21 | 107 | 50 | Хлеб ржаной |
| 28 | 24 | 129 | 821 | | |
| | | | | **Полдник** | |
| 4 | 4 | 6 | 75 | 150 | Кефир |
| 4 | 6 | 37 | 209 | 60 | Булочка домашняя |
| 9 | 10 | 43 | 284 | | |
| | | | | **Ужин** | |
| 1 | 3 | 6 | 59 | 50 | Картофельный салат с луком |
| 6 | 10 | 6 | 137 | 95 | Суфле из яиц |
| - | - | 12 | 46 | 180 | Чай с лимоном |
| 3 | 1 | 19 | 95 | 35 | Хлеб пшеничный |
| - | - | 11 | 50 | 185 | Яблоко |
| 9 | 15 | 55 | 386 | | |
| | | | | **Завтрак 2** | |
| - | - | 5 | 20 | 100 | Сок |
| - | - | 5 | 20 | | |

**Меню Дети Ясли**

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда |
|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углевод | ККал | | |
| | | | | **Завтрак** | |
| 4 | 10 | 26 | 211 | 150 | Каша геркулесовая молочная |
| 3 | 2 | 16 | 92 | 150 | Кофейный напиток на молоке |
| 3 | 6 | 15 | 128 | 20/5/5 | Бутерброд с маслом и сыром |
| 10 | 18 | 57 | 431 | | |
| | | | | **Обед** | |
| - | 3 | 4 | 38 | 40 | Салат из свеклы с маслом |
| 4 | 1 | 19 | 100 | 150 | Суп гороховый с гренками |
| 19 | 21 | 5 | 230 | 70 | Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе |
| 3 | 4 | 21 | 187 | 100 | Гречка отварная |
| - | - | 21 | 82 | 150 | Компот из сухофруктов |
| 3 | - | 17 | 87 | 40 | Хлеб ржаной |
| 30 | 30 | 88 | 724 | | |
| | | | | **Полдник** | |
| 4 | 3 | 5 | 50 | 135 | Кефир |
| 4 | 5 | 31 | 174 | 50 | Булочка домашняя |
| 7 | 8 | 36 | 224 | | |
| | | | | **Ужин** | |
| 1 | 3 | 6 | 59 | 40 | Картофельный салат с луком |
| 6 | 10 | 6 | 137 | 95 | Суфле из яиц |
| - | - | 14 | 53 | 150 | Чай с лимоном |
| 3 | 1 | 19 | 95 | 25 | Хлеб пшеничный |
| - | - | 11 | 50 | 185 | Яблоко |
| 9 | 15 | 57 | 393 | | |
| | | | | **Завтрак 2** | |
| - | - | 5 | 20 | 100 | Сок |
| - | - | 5 | 20 | | |

Руководитель СПДС "Ягодка" — Додина Н.В.

Мл. воспитатель — Зорина Т.Г