

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												
7	11	26	209	200	Суп молочный с гречневой крупой	7	11	26	209	150	Суп молочный с гречневой крупой	
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	
12	21	57	439			12	20	54	420			
Обед												
2	4	13	86	50	Винегрет	-	3	4	40	40	Винегрет	
2	2	16	84	200	Суп вермишелевый	2	4	14	69	150	Суп вермишелевый	
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	
22	25	110	730			15	21	80	526			
Полдник												
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			
Ужин												
15	10	17	216	120	Запеканка творожная	15	10	17	216	110	Запеканка творожная	
-	-	14	53	20	Повидло	-	-	14	53	5	Повидло	
-	-	18	93	180	Кисель	-	-	18	73	150	Кисель	
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный	3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный	
18	11	68	456			18	11	68	436			
Завтрак 2												
-	-	11	50	185	Яблоко	-	-	6	25	170	Яблоко	
-	-	11	50			-	-	6	25			

Руководитель
СПДС "Ягодка"
Мл. воспитатель

Ф.С.
И.

Додина Н.В.

Мейдра И.В.