



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	8	33	225	200	Каша "Дружба"	7	8	33	225	150	Каша "Дружба"
-	-	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	66	472			18	17	68	479		
Обед											
1	1	15	7	20	Огурец консервированный	1	1	15	7	20	Огурец консервированный
3	4	22	138	200	Суп с клецками	3	4	22	138	150	Суп с клецками
9	12	28	252	200	Жаркое по - домашнему	14	16	16	221	170	Жаркое по - домашнему
-	-	30	114	180	Компот из сухофруктов	-	-	21	82	150	Компот из сухофруктов
4	1	21	107	50	Хлеб ржаной	3	-	17	87	40	Хлеб ржаной
17	19	116	618			21	22	92	535		
Полдник											
-	5	7	91	150	Молоко	3	3	5	61	100	Молоко
5	11	39	260	60	Плюшка "Московская"	4	4	10	137	50	Плюшка "Московская"
5	16	46	351			7	7	15	197		
Ужин											
3	8	12	124	170	Овощи тушеные в сметанном соусе	3	8	12	124	170	Овощи тушеные в сметанном соусе
-	-	-	1	180	Чай	-	-	13	48	150	Чай
1	4	13	90	20	Печенье 1 шт	1	4	13	90	20	Печенье 1 шт
3	1	19	95	35	Хлеб пшеничный	3	1	19	95	25	Хлеб пшеничный
7	12	44	310			7	12	57	357		
Завтрак 2											
-	-	5	20	100	Сок	-	-	5	20	100	Сок
-	-	5	20			-	-	5	20		

Руководитель
СПДС "Ягодка"
Мл. воспитатель

Додина Н.В.
Мейдра И.В.