

Меню Дети Золотой колосок

Меню Ясли Золотой колосок

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
Завтрак											
5,780	10,000	27,730	223,180	Каша рисовая молочная	200						
1,200	1,300	13,000	90,000	какао смолоком	180						
2,300	3,540	14,610	0,101	Бутерброд с маслом	30						
Второй завтрак											
0,900	0,180	16,200	45,500	фруктовый сок	100						
Обед											
3,680	7,070	8,580	118,000	ЩИ ИЗ СВЕЖ,капусты с мясом о со сметаной	200						
12,310	12,920	8,320	184,160	Котлеты (биточки) куриные	70						
0,310	0,070	24,370	96,760	компот из сухофруктов	180						
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30						
3,400	0,700	20,100	95,000	хлеб ржаной	50						
3,500	6,400	22,200	158,300	Картофельное пюре	150						
Полдник											
4,960	4,280	8,210	92,340	Молоко кипяченое	171						
6,000	8,700	21,450	185,550	Гренки молочные	65						
0,170	0,170	3,315	15,980	яблоко	85						
Ужин											
3,020	5,660	10,140	109,500	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150						
		8,000	29,920	Чай полусладкий	200						
11,620	2,400	3,450	82,920	котлеты (биточки) рыбные	70						
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30						
64	64	240	1 669		1 970						

Руководитель Доронина Т.Н.