

## 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		
<b>Второй завтрак</b>											
1,00		16,00	46,00	фруктовый сок	100	1,00		16,00	46,00	фруктовый сок	100
<b>Завтрак</b>											
6,00	8,00	28,00	201,00	КАША ДРУЖБА вязкая мол.	200	5,00	6,00	21,00	151,00	КАША ДРУЖБА вязкая мол.	150
1,00	1,00	13,00	90,00	какао с молоком	180	1,00	1,00	11,00	75,00	какао смолоком	150
2,30	3,54	14,61	0,101	Бутерброд с маслом	30	1,53	2,63	9,74	0,07	Бутерброд с маслом	23
5,10	4,60	0,30	63,00	яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	яйцо отварное	40
<b>Обед</b>											
3,00	7,00	16,00	141,00	Суп овощной с сметаной	200	2,00	5,00	10,00	92,00	Суп овощной с сметаной	150
15,00	19,00	31,00	333,00	куриное рагу с картофелем	150	13,00	15,00	29,00	285,00	куриное рагу с картофелем	120
0,025	0,05	15,83	61,86	компот из свежемороженой ягодной смеси	200	0,02	0,04	13,46	52,48	компот из свежемороженой ягодной смеси	150
2,00		15,00	71,00	хлеб пшеничный	30	2,00		14,00	71,00	хлеб пшеничный	20
3,00	1,00	20,00	95,00	хлеб ржаной	50	3,00	1,00	17,00	87,00	хлеб ржаной	40
<b>Полдник</b>											
3,00	3,00	15,00	95,00	чай с молоком	180	2,00	2,00	12,00	73,00	чай с молоком	150
0,90	7,40	15,70	128,50	Вафля	25	0,90	7,40	15,70	128,50	Вафля	25
3,00	8,00	16,00	131,00	Биточки свекольно-морковные	75	2,00	5,00	14,00	104,00	Биточки свекольно-морковные	65
<b>Ужин</b>											
19,00	17,00	20,00	302,00	Пудинг творожный	150	16,00	14,00	17,00	253,00	Пудинг творожный	120
		8,00	29,92	Чай полусладкий	200			8,00	29,92	Чай полусладкий	150
0,17	0,17	3,32	15,98	яблоко	85	0,17	0,17	3,32	15,98	яблоко	85
		12,00	49,00	Повидло	20			9,00	37,00	Повидло	15
<b>59,25</b>	<b>74,66</b>	<b>260,72</b>	<b>1852,00</b>		<b>1919,00</b>	<b>55,23</b>	<b>69,55</b>	<b>211,54</b>	<b>1535,09</b>		<b>1583,00</b>

Руководитель Дорони́на Т.Н.