

## Меню Дети Золотой колосок

## Меню Ясли Золотой колосок

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность				Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
<b>Завтрак</b>										
5,850	5,810	19,990	155,000	Суп молочный с макаронными	200	4,390	4,360	14,990	116,250	Суп молочный с макаронными
2,800	3,200	14,700	95,400	чай с молоком	180	2,100	2,400	11,530	73,420	чай с молоком
0,080	0,200	0,500	4,700	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35					
						0,060	0,100	0,300	3,400	БуТЕРБРОД С МАСЛОМ
<b>Второй завтрак</b>										
0,900	0,180	16,200	45,500	фруктовый сок	100	0,900	0,180	16,200	45,500	фруктовый сок
<b>Обед</b>										
5,990	10,200	19,020	189,470	Рассольник " Ленинградский"	200	4,290	7,160	12,000	127,950	Рассольник " Ленинградский"
7,500	5,300	14,660	227,270	Жаркое по домашнему	150	5,630	3,980	11,000	170,450	Жаркое по домашнему
0,310	0,070	24,370	96,760	компот из сухофруктов	180	0,230	0,010	18,280	72,570	компот из сухофруктов
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный
3,400	0,700	20,100	95,000	хлеб ржаной	50	3,300	0,600	16,700	87,000	хлеб ржаной
<b>Полдник</b>										
2,800	3,200	14,700	95,400	чай с молоком	180	2,100	2,400	11,530	73,420	чай с молоком
1,800	2,900	18,700	104,200	пченье	25	1,800	2,900	18,700	104,200	пченье
<b>Ужин</b>										
17,880	9,050	39,690	316,940	Рулет рисовый с рыбой	200	12,990	6,810	28,040	229,160	Рулет рисовый с рыбой
0,400	0,100	0,080	2,800	Чай без сахара	200	0,360	0,009	0,070	2,500	Чай без сахара
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный
0,700	3,000	4,100	46,900	салат из отв.свеклы	60	0,500	2,400	3,300	37,500	салат из отв.свеклы
<b>55</b>	<b>45</b>	<b>237</b>	<b>1 617</b>		<b>1 820</b>	<b>43</b>	<b>34</b>	<b>192</b>	<b>1 284</b>	

Руководитель

Доронина Т.Н.

а 2024 г.

<b>Выход</b>
--------------

150
150
25

100
-----

150
120
150
20
40

150
25

150
180
20
40

---

**1 470**