

## 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>Завтрак</b>											
6,210	7,470	25,090	192,000	КАША МАННАЯ вязкая молочная	200	5,220	6,500	20,350	176,000	КАША МАННАЯ вязкая молочная	150
2,800	3,200	14,700	95,400	чай с молоком	180	2,100	2,400	11,530	73,420	чай с молоком	150
0,080	0,200	0,500	4,700	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35					БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25
						0,060	0,100	0,300	3,400		
<b>Обед</b>											
8,740	5,240	23,960	178,470	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	6,990	4,190	19,170	142,780	СУП ГОРОХОВЫЙ	150
7,500	5,300	14,660	227,270	Жаркое по домашнему	150	5,630	3,980	11,000	170,450	Жаркое по домашнему	120
0,310	0,070	24,370	96,760	компот из сухофруктов	180	0,230	0,010	18,280	72,570	компот из сухофруктов	150
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
3,400	0,700	20,100	95,000	хлеб ржаной	50	3,300	0,600	16,700	87,000	хлеб ржаной	40
<b>Полдник</b>											
4,350	4,800	6,000	88,500	кисломолочный продукт	150						
1,800	2,900	18,700	104,200	пченье	25	1,800	2,900	18,700	104,200	пченье	25
						4,060	4,480	5,600	82,600	Кисломолочный продукт	140
<b>Ужин</b>											
2,670	4,820	12,190	104,000	Рагу из овощей	150	2,230	4,040	10,160	86,670	Рагу из овощей	120
		8,000	29,920	Чай полусладкий	200			8,000	29,920	Чай полусладкий	150
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
16,940	8,020	9,150	181,590	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ Т.карта	70	16,940	8,020	9,150	181,590	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60
<b>60</b>	<b>44</b>	<b>208</b>	<b>1 540</b>		<b>1 650</b>	<b>53</b>	<b>38</b>	<b>178</b>	<b>1 352</b>		<b>1 320</b>

Руководитель Доронина Т.Н.