

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											
5,550	7,470	26,080	192,000	КАША ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,160	5,600	19,560	144,000	КАША ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150
1,200	1,300	13,000	90,000	какао смолоком	180	1,000	1,080	10,830	75,000	какао смолоком	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		
Второй завтрак											
0,400	0,400	9,800	47,000	яблоко	100	0,400	0,400	9,800	47,000	яблоко	100
Обед											
6,450	5,160	21,920	148,870	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ СО СМЕТАНОЙ ТЕХ.К.	200	4,300	3,900	17,510	105,600	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ СО СМЕТАНОЙ ТЕХ.К.	150
12,460	11,310	17,260	0,230	Жаркое по домашнему из мяса птицы	200	11,210	10,180	15,530	0,207	Жаркое по домашнему из мяса птицы	180
0,160	0,160	15,893	60,000	компот из свежих фруктов	200	0,120	0,120	11,920	45,000	компот из свежих фруктов	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
Полдник											
3,050	2,720	5,050	56,367	молоко	100	3,050	2,720	5,050	56,367	молоко	100
6,000	8,700	21,450	185,550	Гренки молочные	65	4,000	5,800	14,300	123,700	Гренки молочные	55
Ужин											
3,020	5,660	10,140	109,500	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	2,410	4,520	8,110	87,600	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	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
11,620	2,400	3,450	82,920	котлеты (биточки) рыбные	70	9,410	2,260	2,640	69,130	котлеты (биточки) рыбные	60
58	47	203	1 244		1 810	48	38	169	1 015		1 470

Руководитель Доронина Т.Н.