

## 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

19,600	16,700	43,100	475,000	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150
1,300	1,300	14,000	92,000	кофейный напиток	180
0,080	0,200	0,500	4,700	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35
0,700	3,000	4,100	46,900	салат из отв.свеклы	60
0,600	0,500	4,900	26,400	соус молочный сладкий	30

10,930	8,860	30,360	278,070	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120
1,080	1,080	11,670	76,670	кофейный напиток	150
0,060	0,100	0,300	3,400	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25
0,500	2,400	3,300	37,500	салат из отв.свеклы	40
0,300	0,200	2,400	13,200	соус молочный сладкий	15

## Второй завтрак

0,900	0,180	16,200	45,500	фруктовый сок	100	0,900	0,180	16,200	45,500	фруктовый сок	100
-------	-------	--------	--------	---------------	-----	-------	-------	--------	--------	---------------	-----

## Обед

2,060	3,100	12,580	141,720	СУП С КЛЕЦКАМИ !!!	200
5,750	4,450	4,190	79,630	голубцы ленивые	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
5,689	6,664	32,947	206,280	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	120

1,650	2,480	10,060	128,360	СУП С КЛЕЦКАМИ !!!	180
4,930	3,820	3,590	68,260	голубцы ленивые	60
0,230	0,010	18,280	72,570	компот из сухофруктов	150
2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
3,300	0,600	16,700	87,000	хлеб ржаной	40
4,741	5,554	27,456	171,908	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100

## Ужин

8,110	8,830	37,720	263,040	Блины	100
0,340		16,500	63,360	Чай с шиповником	200
0,420	0,180	42,900	35,570	салат из моркови с яблоком	60

7,090	7,730	33,010	230,160	Блины	80
0,170		12,080	46,640	Чай с шиповником	150
0,310	0,120	27,840	24,170	салат из моркови с яблоком	40

52 46 289 1 743

1 565

39 33 228 1 354

1 270

Руководитель

Доронина Т.Н.