

Меню Дети Золотой колосок

Меню Ясли Золотой колосок

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

0,740	0,500	6,960	31,380	салат из моркови	60
4,100	3,500	17,330	118,800	КАКАО	200
0,080	0,200	0,500	4,700	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35
18,570	16,680	20,280	302,310	Пудинг творожный	150
0,600	0,500	4,900	26,400	соус молочный сладкий	30

0,490	0,030	4,640	20,920	салат из моркови	45
3,100	2,600	13,000	89,100	КАКАО	150
0,060	0,100	0,300	3,400	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25
15,920	13,880	16,700	252,970	Пудинг творожный	120
0,600	0,500	4,900	26,400	соус молочный сладкий	30

Второй завтрак

0,170	0,170	3,315	15,980	яблоко	85
-------	-------	-------	--------	--------	----

0,170	0,170	3,315	15,980	яблоко	85
-------	-------	-------	--------	--------	----

Обед

1,610	4,840	10,930	145,640	БОРЩ со СМЕТАНОЙ!!!	200
13,800	5,580	34,260	238,700	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ тех.карта	150
0,600		14,600	58,600	КОМПОТ ИЗ С/Ф	200
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30
3,400	0,700	20,100	95,000	хлеб ржаной	50
14,100	12,710	14,310	214,670	котлета из кур в том.соусе	95

11,500	4,650	28,550	198,900	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ тех.карта	130
0,400		7,950	52,740	КОМПОТ ИЗ С/Ф	180
2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
1,290	3,870	8,740	128,910	БОРЩ Со СМЕТАНОЙ!!!	180
3,300	0,600	16,700	87,000	хлеб ржаной	40
12,420	11,190	12,590	201,150	котлеты из кур в томат.соусе	79

Полдник

0,340		16,500	63,360	Чай с шиповником	200
1,800	2,900	18,700	104,200	печенье	25

0,170		12,080	46,640	Чай с шиповником	150
1,800	2,900	18,700	104,200	печенье	25

Ужин

6,210	7,470	25,090	192,000	КАША МАННАЯ вязкая молочная	200
4,960	4,280	8,210	92,340	Молоко кипяченое	171
7,800	7,800	67,440	354,320	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60

5,220	6,500	20,350	176,000	КАША МАННАЯ вязкая молочная	150
4,120	3,550	6,820	76,680	Молоко кипяченое	142
6,400	6,400	56,200	295,200	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50

81	68	299	2 129	1 950
----	----	-----	-------	-------

69	57	246	1 847	1 609
----	----	-----	-------	-------

Руководитель Доронина Т.Н.