

Меню Дети Золотой колосок

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Меню Ясли Золотой колосок

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак

6,440	7,530	25,380	192,000	каша ПШЕНИЧНАЯ молочная	200
1,200	1,300	13,000	90,000	какао смолоком	180
0,080	0,200	0,500	4,700	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35

5,260	6,070	21,290	159,750	каша ПШЕНИЧНАЯ молочная	150
1,000	1,080	10,830	75,000	какао смолоком	150

Второй завтрак

0,400	0,400	9,800	47,000	яблоко	100

Обед

1,800	4,980	8,130	156,540	СУП ГОРОХОВЫЙ!!!	200
3,500	6,400	22,200	158,300	Картофельное пюре	150
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
11,620	2,400	3,450	82,920	котлеты (биточки) рыбные	70

2,800	5,200	20,000	137,000	Картофельное пюре	130
0,310	0,070	24,370	96,760	компот из сухофруктов	180
2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
3,300	0,600	16,700	87,000	хлеб ржаной	40
9,410	2,260	2,640	69,130	котлеты (биточки) рыбные	60
1,440	3,980	6,500	125,230	СУП ГОРОХОВЫЙ !!!	180

Полдник

0,340		16,500	63,360	Чай с шиповником	200
0,900	7,400	15,700	128,500	ВАФЛЯ	25

0,170		12,080	46,640	Чай с шиповником	150
0,900	7,400	15,700	128,500	ВАФЛЯ	25

Ужин

7,680	5,400	18,140	142,000	КАПУСТА ТУШЕННАЯ С МЯСОМ КУР	200
		8,000	29,920	Чай полусладкий	200
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30

		8,000	29,920	Чай полусладкий	150
2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
5,020	4,800	13,600	142,000	КАПУСТА ТУШЕННАЯ С МЯСОМ КУР .	150

42 38 215 1 429 1 850

35 33 191 1 288 1 530

Руководитель Доронина Т.Н.