

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

7,010	8,090	28,390	213,000	Каша ПШЕННАЯ 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150
1,000	1,080	10,830	75,000	какао смолоком	150
0,060	0,100	0,300	3,400	БуТЕРБРОД С МАСЛОМ	25

Второй завтрак

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

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

Обед

1,800	4,980	8,130	156,540	СУП ГОРОХОВЫЙ!!!	200
25,260	12,550	51,120	418,900	ПЛОВ РИСОВЫЙ С КУРИЦЕЙ	180
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

20,670	10,270	41,830	342,700	ПЛОВ РИСОВЫЙ С КУРИЦЕЙ	150
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
1,440	3,980	6,500	125,230	СУП ГОРОХОВЫЙ !!!	180

Полдник

2,520	0,280	15,820	63,000	гренки	35
		8,000	29,920	Чай полусладкий	200

1,440	0,160	9,040	36,000	гренки	20
		8,000	29,920	Чай полусладкий	150

Ужин

9,010	12,510	2,240	156,250	Омлет натуральный с маслом	110
0,340		16,500	63,360	Чай с шиповником	200
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30
1,130	4,560	4,090	64,000	салат из отв.свеклы с зеленым горошком	60

7,210	10,010	1,790	125,000	Омлет натуральный с маслом	85
0,170		12,080	46,640	Чай с шиповником	150
2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
0,850	3,420	3,070	48,000	салат из отв.свеклы с зеленым горошком	45

57 46 226 1 609

1 775

47 36 182 1 308

1 420

Руководитель Доронина Т.Н.