

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

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
2,100	2,400	11,530	73,420	чай с молоком	150
0,060	0,100	0,300	3,400	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25

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

		8,000	29,920	Чай полусладкий	200
1,800	2,900	18,700	104,200	пченье	25

		8,000	29,920	Чай полусладкий	150
1,800	2,900	18,700	104,200	пченье	25

Ужин

3,020	5,660	10,140	109,500	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150
		8,000	29,920	Чай полусладкий	200
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30
18,000	13,500	11,100	0,253	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80

2,410	4,520	8,110	87,600	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	120
		8,000	29,920	Чай полусладкий	150
2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
18,000	13,500	11,100	0,253	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80

56 47 213 1 339

1 880

52

42

190

1 161

1 565

Руководитель Доронина Т.Н.