

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
1,300	1,300	14,000	92,000	кофейный напиток	180
5,060	7,020	14,610	144,000	Бутерброд с маслом с сыром	30/4/12

5,260	6,070	21,290	159,750	Каша ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150
1,080	1,080	11,670	76,670	кофейный напиток	150
3,370	4,950	9,740	99,000	Бутерброд с маслом с сыром	20/3/8

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

8,800	10,300	23,100	217,060	Суп фасольвый с сметаной	200
2,670	4,820	12,190	104,000	Рагу из овощей	150
0,160	0,160	15,893	60,000	компот из свежих фруктов	200
2,400	0,400	15,100	71,000	хлеб пшеничный	30
3,400	0,700	20,100	95,000	хлеб ржаной	50
12,100	4,450	1,520	95,000	Рыбное суфле	80

6,200	7,200	15,000	148,140	Суп фасольвый с сметаной	150
2,230	4,040	10,160	86,670	Рагу из овощей	120
0,120	0,120	11,920	45,000	компот из свежих фруктов	150
2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
3,300	0,600	16,700	87,000	хлеб ржаной	40
11,120	3,090	1,120	77,190	Рыбное суфле	70

Ужин

3,500	6,400	22,200	158,300	Картофельное пюре	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

2,800	5,200	20,000	137,000	Картофельное пюре	130
		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

68	58	218	1 396		1 680
----	----	-----	-------	--	-------

59	47	182	1 133		1 350
----	----	-----	-------	--	-------

Руководитель Доронина Т.Н.