

Меню Дети Золотой колосок

Меню Ясли Золотой колосок

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

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
19,600	16,700	43,100	475,000	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150
		9,150	36,600	Повидло	15

Завтрак

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

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
10,930	8,860	30,360	278,070	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120
		9,150	36,600	Повидло	15

Второй завтрак

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

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

Обед

7,730	9,310	15,910	121,650	СУП ПО _ВЕСЕННЕМУ СО СМЕТАНОЙ	200
5,689	6,664	32,947	206,280	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	120
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
9,790	14,630	4,470	326,930	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ в соусе	80/6

4,741	5,554	27,456	171,908	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100
0,400		7,950	52,740	КОМПОТ ИЗ С/ф	180
2,370	0,300	14,490	70,500	хлеб пшеничный	20
5,710	8,080	9,510	108,240	СУП ПО _ВЕСЕННЕМУ СО СМЕТАНОЙ	180
3,300	0,600	16,700	87,000	хлеб ржаной	40
8,570	12,800	3,910	286,060	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ в соусе	70/5

Полдник

0,900	0,180	16,200	45,500	фруктовый сок	100
2,520	0,280	15,820	63,000	гренки	35

0,900	0,180	16,200	45,500	фруктовый сок	100
1,440	0,160	9,040	36,000	гренки	20

Ужин

4,600	6,000	31,500	197,200	Картофель аппетитный	200
0,340		16,500	63,360	Чай с шиповником	200
7,800	7,800	67,440	354,320	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60

3,500	4,800	23,400	148,600	Картофель аппетитный	150
0,170		12,080	46,640	Чай с шиповником	150
6,400	6,400	56,200	295,200	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50

70	67	331	2 285	1 820
----	----	-----	-------	-------

52	51	258	1 792	1 500
----	----	-----	-------	-------

Руководитель Доронина Т.Н.