

Меню корпус 3 (Ясли №24 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
142	Каша геркулесовая молочная	ККал-162
29	Хлеб пшеничный в/с	ККал-64
5	Масло сливочное порционное	ККал-37
143	Кофейный напиток с молоком	ККал-82
Итого за Завтрак		ККал-345
<u>Завтрак 2</u>		
98	Сок	ККал-49
Итого за Завтрак 2		ККал-49
<u>Обед</u>		
199	Свекольник	ККал-74
60	Котлеты рыбные	ККал-78
100	Пюре картофельное.	ККал-99
20	Огурец соленый	ККал-3
10	Хлеб пшеничный в/с	ККал-22
27	Хлеб ржаной	ККал-27
152	Компот из свежих плодов	ККал-27
Итого за Обед		ККал-330
<u>Полдник</u>		
134	Сырники розовые со сметаной	ККал-284
19	Хлеб пшеничный в/с	ККал-42
148	Чай с сахаром	ККал-43
Итого за Полдник		ККал-369
<u>Ужин</u>		
116	Кефир	ККал-58
10	Печенье	ККал-47
Итого за Ужин		ККал-105
Итого за день		ККал-1 198

Заведующий

