21.10.2021 (Ясли №24 лето-осень, 2чт)

Меню корпус 2 (Ясли №24 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	Каша гречневая молочная	ККал-180
20	Хлеб пшеничный в/с	ККал-44
5	Масло сливочное порционное	ККал-37
10	Сыр порционный	ККал-36
152	Какао с молоком	ККал-110
	Итого за Завтрак	ККал-407
	Завтрак 2	
85	Яблоки	ККал-45
	Итого за Завтрак 2	ККал-45
	Обед	
199	Суп картофельный с клёцками	ККал-57
45	Курица в соусе с томатом	ККал-86
100	Макароны отварные с маслом	ККал-275
58	Салат из квашеной капусты	ККал-63
10	Хлеб пшеничный в/с	ККал-22
20	Хлеб ржаной	ККал-20
150	Компот из смеси сухофруктов	ККал-82
	Итого за Обед	ККал-605
	Полдник	
100	Рыба тушенная с овощами	ККал-103
100	Картофель отварной	ККал-122
20	Хлеб пшеничный в/с	ККал-44
10	Хлеб ржаной	ККал-10
151	Чай с сахаром	ККал-44
	Итого за Полдник	ККал-323
	Ужин	
118	Кефир	ККал-59
60	Ватрушка с повидлом	ККал-292
	Итого за Ужин	ККал-351
	Итого за день	ККал-1 731

Заведующий Алферова Елена Геннадьевна

МБДОУ № 24