

Меню корпус 3 (Ясли №24 зима-весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
149	<i>Каша молочная пшеничная</i>	ККал-181
31	<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	ККал-68
5	<i>Масло сливочное порционное</i>	ККал-37
149	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	ККал-86
Итого за Завтрак		ККал-372
<u>Завтрак 2</u>		
126	<i>Апельсины</i>	ККал-54
Итого за Завтрак 2		ККал-54
<u>Обед</u>		
200	<i>Суп картофельный с крупой</i>	ККал-92
72	<i>Гуляш из говядины</i>	ККал-78
100	<i>Макароны отварные с маслом</i>	ККал-275
10	<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	ККал-22
44	<i>Хлеб ржаной</i>	ККал-44
150	<i>Компот из свежих плодов</i>	ККал-26
Итого за Обед		ККал-537
<u>Полдник</u>		
107	<i>Омлет натуральный</i>	ККал-158
50	<i>Икра кабачковая консервированная</i>	ККал-102
21	<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	ККал-46
150	<i>Чай с лимоном</i>	ККал-45
Итого за Полдник		ККал-351
<u>Ужин</u>		
136	<i>Кефир</i>	ККал-69
15	<i>Пряник</i>	ККал-35
Итого за Ужин		ККал-104
Итого за день		ККал-1 418

Заведующий

Алферова Елена
Геннадьевна