

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>		
147	<i>Каша молочная пшеничная</i>	ККал-178
30	<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	ККал-66
5	<i>Масло сливочное порционное</i>	ККал-37
160	<i>Какао с молоком</i>	ККал-116
Итого за Завтрак		ККал-397
<u>Завтрак 2</u>		
108	<i>Сок</i>	ККал-54
Итого за Завтрак 2		ККал-54
<u>Обед</u>		
151	<i>Борщ украинский</i>	ККал-91
79	<i>Котлеты мясные</i>	ККал-200
99	<i>Пюре картофельное.</i>	ККал-98
45	<i>Свекла отварная рубленая</i>	ККал-18
10	<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	ККал-22
26	<i>Хлеб ржаной</i>	ККал-26
150	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	ККал-82
Итого за Обед		ККал-537
<u>Полдник</u>		
131	<i>Вареники ленивые со сметаной</i>	ККал-252
20	<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	ККал-44
148	<i>Чай с сахаром</i>	ККал-43
Итого за Полдник		ККал-339
<u>Ужин</u>		
97	<i>Кефир</i>	ККал-49
10	<i>Пряник</i>	ККал-24
Итого за Ужин		ККал-73
Итого за день		ККал-1 400

Заведующий

Алферова Елена
Гейнцальевна