

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 геркулесовая молочная	ККал-171
30	Хлеб пшеничный в/с	ККал-66
5	Масло сливочное порционное	ККал-37
152	Кофейный напиток с молоком	ККал-87

Итого за Завтрак ККал-361

Завтрак 2

100	Сок	ККал-50
-----	-----	---------

Итого за Завтрак 2 ККал-50

Обед

199	Свекольник	ККал-74
61	Котлеты рыбные	ККал-79
96	Пюре картофельное.	ККал-95
20	Огурец соленый	ККал-3
10	Хлеб пшеничный в/с	ККал-22
30	Хлеб ржаной	ККал-30
152	Компот из свежих плодов	ККал-27

Итого за Обед ККал-330

Полдник

130	Сырники розовые со сметаной	ККал-275
20	Хлеб пшеничный в/с	ККал-44
151	Чай с сахаром	ККал-44

Итого за Полдник ККал-363

Ужин

118	Кефир	ККал-59
10	Печенье	ККал-47

Итого за Ужин ККал-106

Итого за день ККал-1 210

