

Меню корпус 2 (Ясли №24 зима-весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
167	Каша молочная жидкая пшениная	ККал-209
30	Хлеб пшеничный в/с	ККал-66
5	Масло сливочное порционное	ККал-37
151	Чай с сахаром	ККал-44
Итого за Завтрак		ККал-356
<u>Завтрак 2</u>		
155	Апельсины	ККал-67
Итого за Завтрак 2		ККал-67
<u>Обед</u>		
199	Свекольник	ККал-74
110	Рыба тушеная с овощами	ККал-113
104	Пюре из гороха	ККал-351
25	Огурец соленый	ККал-4
20	Хлеб пшеничный в/с	ККал-44
152	Компот из свежих плодов	ККал-27
Итого за Обед		ККал-613
<u>Полдник</u>		
20	Яйцо отварное	ККал-31
130	Капуста тушеная	ККал-113
45	Зеленый горошек консервированный отварной	ККал-36
20	Хлеб пшеничный в/с	ККал-44
153	Сок	ККал-77
Итого за Полдник		ККал-301
<u>Ужин</u>		
97	Кефир	ККал-49
20	Вафли	ККал-71
Итого за Ужин		ККал-120
Итого за день		ККал-1 457

Заведующий

Алферова Елена
Геннадьевна