

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>		
142	Каша геркулесовая молочная	ККал-162
31	Хлеб пшеничный в/с	ККал-68
5	Масло сливочное порционное	ККал-37
157	Кофейный напиток с молоком	ККал-90
Итого за Завтрак		ККал-357
<u>Завтрак 2</u>		
85	Яблоки	ККал-45
Итого за Завтрак 2		ККал-45
<u>Обед</u>		
200	Борщ украинский	ККал-121
70	Суфле мясное	ККал-188
100	Пюре картофельное.	ККал-99
30	Зеленый горошек консервированный отварной	ККал-24
10	Хлеб пшеничный в/с	ККал-22
39	Хлеб ржаной	ККал-39
150	Компот из смеси сухофруктов	ККал-82
Итого за Обед		ККал-575
<u>Полдник</u>		
134	Сырники розовые со сметаной	ККал-284
21	Хлеб пшеничный в/с	ККал-46
148	Чай с сахаром	ККал-43
Итого за Полдник		ККал-373
<u>Ужин</u>		
136	Кефир	ККал-69
10	Печенье	ККал-47
Итого за Ужин		ККал-116
Итого за день		ККал-1 466

Заведующий  Алферова Елена
Геннадьевна