

Меню корпус 3 (Д/с №24 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
124	Запеканка из творога	ККал-262
47	Соус молочный сладкий	ККал-59
40	Хлеб пшеничный	ККал-94
5	Масло сливочное (порциями)	ККал-37
198	Чай с сахаром	ККал-28
Итого за Завтрак		ККал-480
<u>Завтрак 2</u>		
94	Сок фруктовый	ККал-53
Итого за Завтрак 2		ККал-53
<u>Обед</u>		
203	Щи из свежей капусты с картофелем	ККал-101
77	Оладьи из печени по -кунцевски	ККал-90
130	Картофель отварной с маслом	ККал-138
46	Хлеб ржаной	ККал-95
180	Компот из смеси сухофруктов	ККал-58
Итого за Обед		ККал-482
<u>Полдник</u>		
67	Булочка домашняя	ККал-264
173	Кисломолочный напиток (кефир)	ККал-87
Итого за Полдник		ККал-351
<u>Ужин</u>		
201	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	ККал-217
40	Хлеб пшеничный	ККал-94
20	Яйцо вареное	ККал-11
201	Кофейный напиток с молоком	ККал-88
Итого за Ужин		ККал-410
Итого за день		ККал-1 776

Заведующий

Алферова Елена
Геннадьевна