

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

1 Марта 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом	35/6	131.40
Каша пшеничная молочная жи	150	148.16
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	55	5.50
Картофельное пюре	120	115.81
Хлеб ржаной	40	75.52
Суп шахтерский со сметаной, с мясом	124/5	76.39
Тефтели из говядины	60	205.94
Компот из сухофруктов	150	17.40
ПОЛДНИК		
Булочка КРОШКА	50	186.61
Кисломолочный напиток	180	137.70
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	150	173.56
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	94.50
Чай с сахаром	180	16.03

Итого калорийность: 1564.67 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

1 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом	50/6	175.35
Каша пшеничная молочная жи	200	146.21
Кофейный напиток с молоком	180	98.62
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	6.12
Картофельное пюре	130	138.11
Хлеб ржаной	50	96.50
Суп шахтерский со сметаной, с мясом	206/8	100.69
Тефтели из говядины	80	275.80
Компот из сухофруктов	180	25.19
ПОЛДНИК		
Булочка КРОШКА	70	222.45
Кисломолочный напиток	200	116.16
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	200	196.14
Хлеб пшеничный	25	59.91
Фрукты свежие	100	79.64
Чай с сахаром	200	24.02

Итого калорийность: 1813.71 Ккал.