

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

3 Мая 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупы	150	147.79
Бутерброд с маслом	35/6	131.40
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	49.28
ОБЕД		
Салат из свеклы с соленым огурцом	40	115.23
Хлеб ржаной	40	75.52
Плов с курицей	130/40	351.74
Напиток из шиповника	150	43.86
Суп картофельный с бобовым с мясом	120/5	71.75
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	180	91.62
Вафли	10	36.24
УЖИН		
Хлеб пшеничный	20	46.88
Суп - уха с рыбой	200	135.78
Фрукты свежие	100	38.80
Чай с сахаром	180	16.03
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1494.91 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

3 Мая 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупы	200	170.02
Бутерброд с маслом	50/6	168.93
Кофейный напиток с молоком	180	98.60
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.80
ОБЕД		
Салат из свеклы с соленым огурцом	60	68.22
Хлеб ржаной	50	93.29
Плов с курицей	150/60	387.72
Напиток из шиповника	180	49.70
Суп картофельный с бобовым с мясом	200/8	107.86
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	200	93.68
Вафли	25	99.12
УЖИН		
Хлеб пшеничный	25.29	62.05
Суп - уха с рыбой	250	155.20
Фрукты свежие	100	26.79
Чай с сахаром	200	24.02
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1720.52 Ккал.