

Меню

4 Апреля 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупс	150	147.79
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/6	149.73
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	55.58
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	55	5.50
Хлеб ржаной	40	75.52
Плов с курицей	130/40	368.02
Напиток из шиповника	150	43.86
Суп картофельный с бобовым с мясом	120/5	65.12
ПОЛДНИК		
Булочка "Татарочка" с курагой	50	186.95
Кисломолочный напиток	180	137.70
УЖИН		
Хлеб пшеничный	20	46.88
Суп - уха с рыбой	200	135.78
Фрукты свежие	100	40.80
Чай с сахаром	180	16.03
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1618.25 Ккал.

Меню

4 Апреля 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупс	200	176.09
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/10	201.14
Кофейный напиток с молоком	180	99.94
10 ЧАСОВ		
Соки	100	53.11
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	4.70
Хлеб ржаной	49.94	92.06
Плов с курицей	150/60	418.58
Напиток из шиповника	180	49.34
Суп картофельный с бобовым с мясом	200/8	99.67
ПОЛДНИК		
Булочка "Татарочка" с курагой	70	230.55
Кисломолочный напиток	200	138.37
УЖИН		
Хлеб пшеничный	24.97	61.30
Суп - уха с рыбой	250	147.72
Фрукты свежие	100	40.73
Чай с сахаром	200	24.02
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1899.84 Ккал.