

Меню

5 февраля 2024г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК			
Суп молочный с рисовой крупой	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		52.80
ОБЕД			
Салат из свеклы с соленым огурцом	40		115.23
Хлеб ржаной	40		75.52
Плов с курицей	130/40		361.39
Напиток из шиповника	150		43.86
Суп картофельный с бобовым с мясом	120/5		65.12
ПОЛДНИК			
Кисломолочный напиток	180		94.20
Вафли	10		36.24
УЖИН			
Хлеб пшеничный	20		46.88
Суп - уха с рыбой	200		135.78
Фрукты свежие	100		94.50
Чай с сахаром	180		16.03
Яйцо отварное	40		62.52

Итого калорийность: 1578.06 Ккал.

Меню

5 февраля 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК			
Суп молочный с рисовой крупой	200		176.81
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/10		198.00
Кофейный напиток с молоком	180		99.91
10 ЧАСОВ			
Соки	100		54.35
ОБЕД			
Салат из свеклы с соленым огурцом	60		91.60
Хлеб ржаной	50.29		89.40
Плов с курицей	150/60		413.77
Напиток из шиповника	180		54.29
Суп картофельный с бобовым с мясом	200/8		107.38
ПОЛДНИК			
Кисломолочный напиток	200		116.11
Вафли	25		89.55
УЖИН			
Хлеб пшеничный	25.15		55.51
Суп - уха с рыбой	250		141.62
Фрукты свежие	100		94.71
Чай с сахаром	200		24.03
Яйцо отварное	40		62.52

Итого калорийность: 1869.56 Ккал.