

Меню 6 Февраля 2023г. **Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	35/6/5	149.23
Каша манная молочная жидкая	150	138.04
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
Яйцо отварное	40	62.52
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	55	11.55
Рагу из овощей	220	165.97
Хлеб ржаной	40	75.52
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	124/5	57.38
Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	177.28
Компот из сухофруктов	150	17.40
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180	106.56
Вафли	10	36.24
УЖИН		
Хлеб пшеничный	20	46.88
Рыба запечен.с картофелем по-русски	190	165.17
Фрукты свежие	100	80.33
Чай с сахаром	180	16.03

Итого калорийность: 1439.37 Ккал.

Меню 6 Февраля 2023г. **Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	50/6/10	198.08
Каша манная молочная жидкая	200	194.42
Кофейный напиток с молоком	180	97.76
Яйцо отварное	40	63.15
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.49
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	10.09
Рагу из овощей	250	174.98
Хлеб ржаной	49.94	93.19
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	206/8	92.19
Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	215.27
Компот из сухофруктов	180	25.22
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	200	109.45
Вафли	24.91	71.21
УЖИН		
Хлеб пшеничный	25.05	55.97
Рыба запечен.с картофелем по-русски	240	195.16
Фрукты свежие	100	80.26
Чай с сахаром	200	24.02

Итого калорийность: 1752.91 Ккал.