

Заведующая

Плюшкова Т.А.

Меню

6 Марта 2023г.

Ясли

| Наименование блюда | Выход блюда 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 | 57.60 |
| 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 | 65.92 |
| ПОЛДНИК | | |
| Булочка "Татарочка" с курагой | 50 | 186.95 |
| Кисломолочный напиток | 180 | 94.20 |
| 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: 1734.37 Ккал.

Заведующая

Плюшкова Т.А.

Меню

6 Марта 2023г.

Д/с

| Наименование блюда | Выход блюда Вес, гр. | Калор, кк. |
|---------------------------------------|-------------------------|------------|
| ЗАВТРАК | | |
| Суп молочный с рисовой крупой | 150 | 141.06 |
| Бутерброд с маслом и сыром | 50/5/10 | 197.89 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 99.03 |
| 10 ЧАСОВ | | |
| Соки | 100 | 54.00 |
| ОБЕД | | |
| Салат из свеклы с соленым огурцом | 60 | 81.67 |
| Хлеб ржаной | 50 | 93.97 |
| Плов с курицей | 150/60 | 400.84 |
| Напиток из шиповника | 180 | 49.55 |
| Суп картофельный с бобовым с мясом | 200/8 | 92.57 |
| ПОЛДНИК | | |
| Булочка "Татарочка" с курагой | 70 | 217.96 |
| Кисломолочный напиток | 200 | 115.63 |
| УЖИН | | |
| Хлеб пшеничный | 25 | 58.34 |
| Суп - уха с рыбой | 250 | 144.39 |
| Фрукты свежие | 100 | 94.41 |
| Чай с сахаром | 200 | 24.02 |
| Яйцо отварное | 40 | 62.52 |

Итого калорийность: 1927.85 Ккал.