

## Меню

9 Октября 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша ячневая молочная вязка	150	154.09
Бутерброд с маслом	35/6	131.40
Какао с молоком	150	69.02
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
<b>ОБЕД</b>		
Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком репчатым	40	40.08
Макаронные изделия отварны	80	121.33
Хлеб ржаной	40	75.52
Суп крестьянский с крупой, с мясом	150/8	128.21
Печень говяжья	70	64.78
по-строгановски с томатным с		
Компот из сухофруктов	150	17.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный напиток	180	94.20
Мармелад	10	32.68
<b>УЖИН</b>		
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	40.80
Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/20	343.55
Чай с лимоном	150	16.65

Итого калорийность: 1429.39 Ккал.

## Меню

9 Октября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша ячневая молочная вязка	200	192.70
Бутерброд с маслом	50/6	172.48
Какао с молоком	180	104.91
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Соки	100	52.40
<b>ОБЕД</b>		
Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком репчатым	60	57.66
Макаронные изделия отварны	140	181.08
Хлеб ржаной	49.92	95.68
Суп крестьянский с крупой, с мясом	250/10	134.29
Печень говяжья	80	81.41
по-строгановски с томатным с		
Компот из сухофруктов	180	25.61
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный напиток	200	120.54
Мармелад	24.89	96.31
<b>УЖИН</b>		
Хлеб пшеничный	25	59.40
Фрукты свежие	100	40.72
Запеканка из творога с молоком сгущенным	170/26	457.93
Чай с лимоном	180	24.95

Итого калорийность: 1898.07 Ккал.