

Заведующая

Новикова Т.А.

## Меню

13 Апрель 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>			
Бутерброд с маслом и сыром	35/8/7.5	5	49.73
Каша пшеничная молочная жи	150		148.16
Кофейный напиток с молоком	150		80.47
<b>10 ЧАСОВ</b>			
Сок До 3-Х Лет	100		52.80
<b>ОБЕД</b>			
Овощи натуральные соленые или свежие	55		11.55
Картофельное пюре	120		115.81
Хлеб ржаной	40		75.52
Суп шахтерский со сметаной, с мясом	124/5		76.39
Тефтели из говядины	60		205.94
Компот из сухофруктов	150		17.40
<b>ПОЛДНИК</b>			
Печенье, пряник	10		43.38
Кисломолочный напиток	180		91.62
<b>УЖИН</b>			
Омлет с зеленым горошком	150		173.56
Хлеб пшеничный	20		46.88
Фрукты свежие	100		40.80
Чай с сахаром	180		16.03

Итого калорийность: 1346.04 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

## Меню

13 Апрель 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>			
Бутерброд с маслом и сыром	30/8/10	7	191.05
Каша пшеничная молочная жи	200		197.23
Кофейный напиток с молоком	180		99.21
<b>10 ЧАСОВ</b>			
Соки	100		53.94
<b>ОБЕД</b>			
Овощи натуральные соленые или свежие	60		10.67
Картофельное пюре	130		138.26
Хлеб ржаной	50.11		92.59
Суп шахтерский со сметаной, с мясом	206/8		112.04
Тефтели из говядины	80		243.59
Компот из сухофруктов	180		25.14
<b>ПОЛДНИК</b>			
Печенье, пряник	34.84		113.83
Кисломолочный напиток	200		87.09
<b>УЖИН</b>			
Омлет с зеленым горошком	200		176.67
Хлеб пшеничный	25.05		57.45
Фрукты свежие	100		45.47
Чай с сахаром	200		24.03

Итого калорийность: 1668.26 Ккал.