

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню 19 Октября 2023г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/6	149.73
Каша Геркулесовая молочная жидкая	120	128.25
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком репчатым	40	39.27
Хлеб ржаной	40	75.52
Суп картофельный с бобовым с мясом	120/5	62.94
Компот из плодов консервированных	150	59.84
Соус сметанный с морковью и луком	20	23.92
Печень говяжья тушеная в соусе	50/20	29.91
Картофельное пюре	120	108.90
ПОЛДНИК		
Мармелад	10	32.68
Кисломолочный напиток	180	94.20
УЖИН		
Соус молочный для запекания	30	20.55
Хлеб пшеничный	20	46.88
Икра свекольная или морковная	40	87.27
Котлеты или биточки рыбные	70	98.60
Чай с сахаром	180	16.03

Итого калорийность: 1207.76 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню 19 Октября 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/10	190.24
Каша Геркулесовая молочная жидкая	200	177.00
Кофейный напиток с молоком	180	98.85
10 ЧАСОВ		
Соки	100	54.15
ОБЕД		
Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком репчатым	60	54.21
Хлеб ржаной	50	94.89
Суп картофельный с бобовым с мясом	200/8	95.89
Компот из плодов консервированных	180	69.21
Соус сметанный с морковью и луком	30	36.11
Печень говяжья тушеная в соусе	50/30	29.91
Картофельное пюре	130	123.59
ПОЛДНИК		
Мармелад	25	80.85
Кисломолочный напиток	200	101.23
УЖИН		
Соус молочный для запекания	40	24.72
Хлеб пшеничный	24.76	56.54
Икра свекольная или морковная	60	132.91
Котлеты или биточки рыбные	80	95.79
Чай с сахаром	200	24.02

Итого калорийность: 1540.11 Ккал.