

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

1 Декабря 2022г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	35/8/7,5	140.17
Каша пшеничная молочная жи	150	148.16
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
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
ПОЛДНИК		
Булочка КРОШКА	50	186.61
Кисломолочный напиток	180	94.20
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	150	173.56
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	38.80
Чай с сахаром	180	16.03

Итого калорийность: 1480.29 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

1 Декабря 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	50/8/10.,7	172.81
Каша пшеничная молочная жи	200	176.80
Кофейный напиток с молоком	180	99.85
10 ЧАСОВ		
Соки	100	51.59
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	9.78
Картофельное пюре	130	138.19
Хлеб ржаной	50	93.97
Суп шахтерский со сметаной, с мясом	206/8	96.94
Тефтели из говядины	80	253.08
Компот из сухофруктов	180	25.19
ПОЛДНИК		
Булочка КРОШКА	70	223.19
Кисломолочный напиток	200	114.25
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	200	186.48
Хлеб пшеничный	25	58.60
Фрукты свежие	100	29.22
Чай с сахаром	200	24.02

Итого калорийность: 1753.96 Ккал.