

Заведующая

Новикова Т.А.

## Меню

20 Октября 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный с рисовой крупс	150	147.79
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/6	149.73
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с соленым огурцом	40	115.23
Хлеб ржаной	40	75.52
Плов с курицей	130/40	374.66
Напиток из шиповника	150	43.86
Суп картофельный с бобовым с мясом	120/5	65.12
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный напиток	180	94.20
Вафли	10	36.24
<b>УЖИН</b>		
Хлеб пшеничный	20	46.88
Суп - уха с рыбой	200	135.78
Фрукты свежие	100	40.80
Чай с сахаром	180	16.03
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1537.63 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

## Меню

20 Октября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный с рисовой крупс	200	166.73
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/10	195.49
Кофейный напиток с молоком	180	99.78
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Соки	100	51.43
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с соленым огурцом	60	91.21
Хлеб ржаной	50.26	96.12
Плов с курицей	150/60	394.05
Напиток из шиповника	180	51.67
Суп картофельный с бобовым с мясом	200/8	103.14
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный напиток	200	102.55
Вафли	25.07	79.08
<b>УЖИН</b>		
Хлеб пшеничный	24.81	59.68
Суп - уха с рыбой	250	156.76
Фрукты свежие	100	40.91
Чай с сахаром	200	24.02
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1775.14 Ккал.