

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

22 Сентября 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
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
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Салат из моркови	40	52.61
Хлеб ржаной	40	75.52
Плов с курицей	130/40	344.31
Напиток из шиповника	150	43.86
Суп картофельный с бобовым	120/5	65.12
с мясом		
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	180	94.20
Мармелад	10	32.68
УЖИН		
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: 1441.10 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

22 Сентября 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупс	200	177.94
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/10	208.88
Кофейный напиток с молоком	180	99.84
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.80
ОБЕД		
Салат из моркови	60	78.94
Хлеб ржаной	50	93.14
Плов с курицей	150/60	408.55
Напиток из шиповника	180	52.72
Суп картофельный с бобовым	200/8	102.01
с мясом		
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	200	115.93
Мармелад	25.33	84.97
УЖИН		
Хлеб пшеничный	25.33	62.49
Суп - уха с рыбой	250	160.61
Фрукты свежие	100	33.07
Чай с сахаром	200	24.03
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1818.44 Ккал.