

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

23 Января 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	35/6/5	149.23
Каша манная молочная жидкая	150	138.04
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
Яйцо отварное	40	62.52
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	55	5.50
Рагу из овощей	220	172.60
Хлеб ржаной	40	75.52
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	124/5	57.38
Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	184.38
Компот из сухофруктов	150	17.40
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180	106.56
Булочка домашняя	60	197.11
УЖИН		
Хлеб пшеничный	20	46.88
Рыба запечен.с картофелем по-русски	190	171.80
Фрукты свежие	100	40.80
Чай с сахаром	180	16.03

Итого калорийность: 1575.02 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

23 Января 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	50/6/10	206.99
Каша манная молочная жидкая	200	193.62
Кофейный напиток с молоком	180	101.17
Яйцо отварное	40	62.52
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	5.94
Рагу из овощей	250	185.68
Хлеб ржаной	50	98.76
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	206/8	99.35
Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	251.01
Компот из сухофруктов	180	25.67
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	200	117.94
Булочка домашняя	70	234.25
УЖИН		
Хлеб пшеничный	25.08	60.59
Рыба запечен.с картофелем по-русски	240	224.71
Фрукты свежие	100	40.80
Чай с сахаром	200	24.02

Итого калорийность: 1985.82 Ккал.