

**Меню**

24 Ноября 2022г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Бутерброд с маслом	35/6	121.84
Каша манная молочная жидка	150	138.04
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
Яйцо отварное	40	62.52
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
<b>ОБЕД</b>		
Овощи натуральные соленые или свежие	55	
Рагу из овощей	220	165.97
Хлеб ржаной	40	75.52
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	124/5	57.38
Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	177.28
Компот из сухофруктов	150	17.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Молоко кипяченое	180	106.56
Булочка домашняя	60	197.11
<b>УЖИН</b>		
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: 1528.40 Ккал.

**Меню**

24 Ноября 2022г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Бутерброд с маслом	50/6	131.99
Каша манная молочная жидка	200	178.75
Кофейный напиток с молоком	180	99.14
Яйцо отварное	40	62.52
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Соки	100	54.40
<b>ОБЕД</b>		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	
Рагу из овощей	250	172.10
Хлеб ржаной	50.18	92.46
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	206/8	93.21
Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	207.23
Компот из сухофруктов	180	25.32
<b>ПОЛДНИК</b>		
Молоко кипяченое	200	87.80
Булочка домашняя	70	234.08
<b>УЖИН</b>		
Хлеб пшеничный	25	58.60
Рыба запечен.с картофелем по-русски	240	206.98
Фрукты свежие	100	40.80
Чай с сахаром	200	24.02

Итого калорийность: 1769.40 Ккал.