

Заведующая Новикова Т.А.

**Меню** 26 Октября 2023г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Бутерброд с джемом или повидлом	35/10	120.44
Каша "Дружба"	150	152.12
Какао с молоком	150	69.02
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок До 3-Х Лет	100	49.70
<b>ОБЕД</b>		
Салат из моркови с зеленым горошком	30	117.34
Котлеты, биточки, шницели	60	86.03
Куриные припущенные		
Макаронные изделия отварны	80	114.58
Хлеб ржаной	40	75.52
Свекольник со сметаной, с луком	124/5	58.17
Компот из сухофруктов	150	17.40
Соус сметанный с морковью и луком	20	23.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный напиток	180	137.70
Конфеты шоколадные	10	42.70
<b>УЖИН</b>		
Картофельное пюре	120	130.40
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	34.68
Рыба (филе) отварная	75	76.96
Чай с лимоном	150	16.65

Итого калорийность: 1370.21 Ккал.

Заведующая Новикова Т.А.

**Меню** 26 Октября 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Бутерброд с джемом или повидлом	50/12	179.79
Каша "Дружба"	200	215.06
Какао с молоком	180	86.90
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Соки	100	53.47
<b>ОБЕД</b>		
Салат из моркови с зеленым горошком	60	125.79
Котлеты, биточки, шницели	70	120.72
Куриные припущенные		
Макаронные изделия отварны	140	182.13
Хлеб ржаной	50	94.65
Свекольник со сметаной, с мясом	206/8	86.51
Компот из сухофруктов	180	25.30
Соус сметанный с морковью и луком	30	31.38
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный напиток	200	126.24
Конфеты шоколадные	35	157.56
<b>УЖИН</b>		
Картофельное пюре	130	136.87
Хлеб пшеничный	25	58.11
Фрукты свежие	100	37.97
Рыба (филе) отварная	85	72.84
Чай с лимоном	180	24.77

Итого калорийность: 1816.06 Ккал.