

Меню 27 Марта 2023г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупы	150	147.79
Бутерброд с маслом	35/6	144.66
Какао с молоком	150	69.02
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	55	5.50
Хлеб ржаной	40	75.52
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	124/5	72.90
Картофельное пюре	120	108.90
Печень говяжья	70	50.40
по-строгановски с томатным соусом		
Кисель из свежих ягод	150	85.98
ПОЛДНИК		
Конфеты шоколадные	10	42.70
Кисломолочный напиток	180	91.62
УЖИН		
Яйцо отварное	40	62.52
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	30.60
Сырники из творога с джемом или повидлом	110/15	357.14
Чай с лимоном	150	16.65

Итого калорийность: 1461.58 Ккал.

Меню 27 Марта 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупы	200	185.95
Бутерброд с маслом	50/6	176.13
Какао с молоком	180	87.28
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	4.77
Хлеб ржаной	49.77	92.85
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	206/5	109.75
Картофельное пюре	130	123.50
Печень говяжья	80	61.69
по-строгановски с томатным соусом		
Кисель из свежих ягод	180	105.15
ПОЛДНИК		
Конфеты шоколадные	25	106.49
Кисломолочный напиток	200	101.86
УЖИН		
Яйцо отварное	40	62.52
Хлеб пшеничный	25.18	61.79
Фрукты свежие	100	30.63
Сырники из творога с джемом или повидлом	150/20	435.79
Чай с лимоном	180	24.72

Итого калорийность: 1773.67 Ккал.