

Меню

27 Апреля 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	35/8/7,5	149.73
Каша пшеничная молочная жи	150	148.16
Кофейный напиток с молоком	150	53.83
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые	55	11.55
или свежие		
Картофельное пюре	120	115.81
Хлеб ржаной	40	75.52
Суп шахтерский со сметаной,	124/5	76.39
с мясом		
Тефтели из говядины	60	205.94
Компот из сухофруктов	150	17.40
ПОЛДНИК		
Булочка КРОШКА	50	186.61
Кисломолочный напиток	180	137.70
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	150	173.56
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	94.50
Чай с сахаром	180	16.03

Итого калорийность: 1562.41 Ккал.

Меню

27 Апреля 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	50/8/10	198.92
Каша пшеничная молочная жи	200	193.28
Кофейный напиток с молоком	180	67.74
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.80
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые	60	12.39
или свежие		
Картофельное пюре	130	138.26
Хлеб ржаной	50.21	95.80
Суп шахтерский со сметаной,	206/8	101.35
с мясом		
Тефтели из говядины	80	262.51
Компот из сухофруктов	180	25.10
ПОЛДНИК		
Булочка КРОШКА	70	222.22
Кисломолочный напиток	200	126.70
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	200	179.92
Хлеб пшеничный	24.84	55.76
Фрукты свежие	100	65.11
Чай с сахаром	200	24.02

Итого калорийность: 1821.88 Ккал.