

Меню 28 Февраля 2023г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупс	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	11.55
Хлеб ржаной	40	75.52
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	124/5	76.00
Картофельное пюре	120	108.90
Печень говяжья по-строгановски с томатным с	70	50.40
Кисель из свежих ягод	150	63.37
ПОЛДНИК		
Конфеты шоколадные	10	42.70
Кисломолочный напиток	180	94.20
УЖИН		
Яйцо отварное	40	62.52
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	80.33
Сырники из творога с джемом или повидлом	110/15	341.51
Чай с лимоном	150	16.65

Итого калорийность: 1484.80 Ккал.

Меню 28 Февраля 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупс	200	168.75
Бутерброд с маслом	50/6	186.06
Какао с молоком	180	87.06
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.25
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	9.92
Хлеб ржаной	49.9	91.27
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	206/5	119.69
Картофельное пюре	130	123.69
Печень говяжья по-строгановски с томатным с	80	63.36
Кисель из свежих ягод	180	78.43
ПОЛДНИК		
Конфеты шоколадные	25.1	109.40
Кисломолочный напиток	200	101.10
УЖИН		
Яйцо отварное	40	62.52
Хлеб пшеничный	25.21	56.65
Фрукты свежие	100	80.33
Сырники из творога с джемом или повидлом	150/20	404.12
Чай с лимоном	180	24.80

Итого калорийность: 1819.40 Ккал.