

## Меню

29 Июня 2023г.

Ясли

| Наименование блюд                             | Выход блюд |            |
|---|------------|------------|
|   | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                |            |            |
| Бутерброд с маслом                            | 35/6       | 131.40     |
| Каша "Дружба"                                 | 150        | 152.12     |
| Какао с молоком                               | 150        | 69.02      |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                               |            |            |
| Сок До 3-Х Лет                                | 100        | 52.80      |
| <b>ОБЕД</b>                                   |            |            |
| Салат из моркови с зеленым горошком           | 30         | 117.34     |
| Котлеты, биточки, шницели куриные припущенные | 60         | 86.03      |
| Макаронные изделия отварны                    | 80         | 114.58     |
| Хлеб ржаной                                   | 40         | 75.52      |
| Свекольник со сметаной, с мясом               | 124/5      | 64.55      |
| Компот из сухофруктов                         | 150        | 17.40      |
| Соус сметанный с морковью и луком             | 20         | 23.30      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                |            |            |
| Шанежка наливная                              | 50         | 164.42     |
| Молоко кипяченое                              | 100        | 106.56     |
| <b>УЖИН</b>                                   |            |            |
| Картофельное пюре                             | 120        | 130.40     |
| Хлеб пшеничный                                | 20         | 46.88      |
| Рыба (филе) отварная                          | 75         | 119.62     |
| Чай с сахаром                                 | 180        | 16.03      |

Итого калорийность: 1487.97 Ккал.

## Меню

29 Июня 2023г.

Д/с

| Наименование блюд                             | Выход блюд |            |
|---|------------|------------|
|   | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                |            |            |
| Бутерброд с маслом                            | 50/6       | 161.57     |
| Каша "Дружба"                                 | 200        | 207.94     |
| Какао с молоком                               | 180        | 88.82      |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                               |            |            |
| Соки  | 100        | 50.40      |
| <b>ОБЕД</b>                                   |            |            |
| Салат из моркови с зеленым горошком           | 60         | 120.03     |
| Котлеты, биточки, шницели куриные припущенные | 70         | 120.01     |
| Макаронные изделия отварны                    | 140        | 174.20     |
| Хлеб ржаной                                   | 49.55      | 84.96      |
| Свекольник со сметаной, с мясом               | 206/8      | 106.45     |
| Компот из сухофруктов                         | 180        | 25.15      |
| Соус сметанный с морковью и луком             | 30         | 48.11      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                |            |            |
| Шанежка наливная                              | 70         | 200.94     |
| Молоко кипяченое                              | 120        | 22.53      |
| <b>УЖИН</b>                                   |            |            |
| Картофельное пюре                             | 130        | 136.97     |
| Хлеб пшеничный                                | 24.65      | 60.45      |
| Рыба (филе) отварная                          | 85         | 121.16     |
| Чай с сахаром                                 | 200        | 23.96      |

Итого калорийность: 1753.65 Ккал.