

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

29 Марта 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/6	156.36
Каша рисовая молочная жидкая	150	144.76
Кофейный напиток с молоком	150	80.47
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Капуста тушеная	145	81.70
Хлеб ржаной	40	75.52
Зеленый горошек или кукуруза консервированные или морская	30	28.60
Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	120/5	83.16
Птица отварная	80	272.29
Напиток из шиповника	150	43.86
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180	88.80
Пирожок, печеный из сдобного теста с капустным фаршем	50	151.29
УЖИН		
Икра кабачковая (промышленного про-ва)	50	19.20
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	34.68
Чай с сахаром	180	16.03
Омлет натуральный	100	121.02

Итого калорийность: 1497.42 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

29 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/10	203.82
Каша рисовая молочная жидкая	200	202.18
Кофейный напиток с молоком	180	99.03
10 ЧАСОВ		
Соки	100	53.94
ОБЕД		
Капуста тушеная	180	95.57
Хлеб ржаной	49.89	90.13
Зеленый горошек или кукуруза консервированные или морская	50	46.43
Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200/8	107.16
Птица отварная	90	245.76
Напиток из шиповника	180	47.85
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	200	88.80
Пирожок, печеный из сдобного теста с капустным фаршем	70	194.84
УЖИН		
Икра кабачковая (промышленного про-ва)	60	19.20
Хлеб пшеничный	24.95	55.97
Фрукты свежие	100	34.68
Чай с сахаром	200	24.02
Омлет натуральный	120	147.28

Итого калорийность: 1756.66 Ккал.