

Меню 30 Октября 2023г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой круп	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		
Хлеб ржаной	40	75.52
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	124/5	72.90
Картофельное пюре	120	108.90
Печень говяжья по-строгановски с томатным с	70	50.40
Салат из свеклы с чесноком и раст маслом	45	61.94
Компот из сухофруктов	150	17.40
ПОЛДНИК		
Печенье, пряник	10	43.38
Кисломолочный напиток	180	137.70
УЖИН		
Яйцо отварное	40	62.52
Хлеб пшеничный	20	46.88
Сырники из творога с джемом или повидлом	110/15	357.14
Чай с лимоном	150	16.65

Итого калорийность: 1465.60 Ккал.
Меню 30 Октября 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой круп	200	168.21
Бутерброд с маслом	50/6	181.77
Какао с молоком	180	87.82
10 ЧАСОВ		
Соки	100	54.25
ОБЕД		
Хлеб ржаной	50.27	93.63
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	206/5	118.15
Картофельное пюре	130	123.82
Печень говяжья по-строгановски с томатным с	80	62.42
Салат из свеклы с чесноком и раст маслом	60	88.94
Компот из сухофруктов	180	25.44
ПОЛДНИК		
Печенье, пряник	35.34	174.08
Кисломолочный напиток	200	139.44
УЖИН		
Яйцо отварное	40	62.52
Хлеб пшеничный	24.8	53.33
Сырники из творога с джемом или повидлом	150/20	448.49
Чай с лимоном	180	24.77

Итого калорийность: 1907.08 Ккал.