

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

31 Января 2023г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с макаронными изделиями	150	141.69
Бутерброд с маслом	35/6	144.66
Какао с молоком	150	69.02
10 ЧАСОВ		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
ОБЕД		
Салат "Полевой" (картофельный с огурцами со	30	35.65
Хлеб ржаной	40	75.52
Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	124/5	57.34
Капуста, тушенная с мясом	180	280.39
Кисель из свежих ягод	150	63.37
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	180	91.62
Конфеты шоколадные	10	42.70
УЖИН		
Соус красный основной	20	1.87
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	30.60
Морковь припущенная	150/2	53.71
Котлеты или биточки рыбные	70	104.40
Чай с сахаром	180	16.03
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1370.77 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

31 Января 2023г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	167.55
Бутерброд с маслом	50/6	176.79
Печенье, пряник	35	151.83
Какао с молоком	180	88.64
10 ЧАСОВ		
Соки	100	52.80
ОБЕД		
Салат "Полевой" (картофельный с огурцами со	60	65.14
Хлеб ржаной	50	94.40
Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	206/8	77.99
Капуста, тушенная с мясом	220	251.88
Кисель из свежих ягод	180	78.88
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	200	101.92
Конфеты шоколадные	25	103.21
УЖИН		
Соус красный основной	40	3.66
Хлеб пшеничный	25	59.44
Фрукты свежие	100	30.58
Морковь припущенная	150/2	63.88
Котлеты или биточки рыбные	80	116.85
Чай с сахаром	200	24.03
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1771.99 Ккал.