

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

13 Марта 2023г.

Ясли

Наименование блюд	№ 2	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК				
Бутерброд с маслом и сыром	35/6/7			156.36
Каша пшенная молочная жидк	150			153.07
Какао с молоком	150			69.02
10 ЧАСОВ				
Сок До 3-Х Лет	100			52.80
ОБЕД				
Салат из свеклы с чесноком и раст маслом	45			96.30
Каша гречневая рассыпчатая	70			118.62
Хлеб ржаной	40			75.52
Суп из овощей со сметаной, с мясом	124/5			69.09
Компот из плодов консервированных	150			59.84
Гуляш	100/20			291.98
ПОЛДНИК				
Кисломолочный напиток	180			
Печенье, пряник	20			86.76
УЖИН				
Фрукты свежие	100			34.68
Хлеб пшеничный	25			58.60
Пудинг творожный	130/15			272.64
Чай с сахаром	180			16.03

Итого калорийность: 1611.31 Ккал.

Заведующая

Новикова Т.А.

Меню

13 Марта 2023г.

Д/с

Наименование блюд	№ 2	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК				
Бутерброд с маслом и сыром	50/6/10			197.50
Каша пшенная молочная жидк	200			198.40
Какао с молоком	180			87.39
10 ЧАСОВ				
Соки	100			53.43
ОБЕД				
Салат из свеклы с чесноком и раст маслом	60			106.95
Каша гречневая рассыпчатая	120			202.41
Хлеб ржаной	50.12			95.76
Суп из овощей со сметаной, с мясом	206/8			83.87
Компот из плодов консервированных	180			60.15
Гуляш	120/23			184.27
ПОЛДНИК				
Кисломолочный напиток	200			
Печенье, пряник	34.88			122.90
УЖИН				
Фрукты свежие	100			34.68
Хлеб пшеничный	29.76			71.16
Пудинг творожный	170/20			315.18
Чай с сахаром	200			24.03

Итого калорийность: 1838.08 Ккал.