

Меню 17 Марта 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	49.28
ОБЕД		
Салат "Полевой" (картофельный с огурцами со сметаной, с мясом)	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	85.98
ПОЛДНИК		
Булочка "Веснушка"	50	175.15
Кисломолочный напиток	180	137.70
УЖИН		
Соус красный основной	20	
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	34.68
Морковь припущенная	150/2	53.71
Котлеты или биточки рыбные	70	98.60
Чай с сахаром	180	16.03
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1564.80 Ккал.

Меню 17 Марта 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	171.70
Бутерброд с маслом	50/6	182.25
Печенье, пряник	35.15	131.44
Какао с молоком	180	87.39
10 ЧАСОВ		
Соки	100	54.40
ОБЕД		
Салат "Полевой" (картофельный с огурцами со сметаной, с мясом)	60	66.94
Хлеб ржаной	50	94.97
Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	206/8	77.04
Капуста, тушенная с мясом	220	265.47
Кисель из свежих ягод	180	100.85
ПОЛДНИК		
Булочка "Веснушка"	70	214.02
Кисломолочный напиток	200	145.05
УЖИН		
Соус красный основной	40	
Хлеб пшеничный	25	58.13
Фрукты свежие	100	27.53
Морковь припущенная	150/2	39.82
Котлеты или биточки рыбные	80	110.45
Чай с сахаром	200	24.03
Яйцо отварное	40	62.52

Итого калорийность: 1914.00 Ккал.