

**Меню** 10 Февраля 2023г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный с рисовой круп	150	147.79
Бутерброд с маслом	35/6	144.66
Какао с молоком	150	69.02
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
<b>ОБЕД</b>		
Овощи натуральные соленые или свежие	55	11.55
Хлеб ржаной	40	75.52
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	124/5	72.90
Картофельное пюре	120	108.90
Печень говяжья	70	50.40
по-строгановски с томатным с		
Кисель из свежих ягод	150	85.98
<b>ПОЛДНИК</b>		
Мармелад	10	32.68
Кисломолочный напиток	180	94.20
<b>УЖИН</b>		
Яйцо отварное	40	62.52
Хлеб пшеничный	20	46.88
Фрукты свежие	100	34.68
Сырники из творога с джемом или повидлом	110/15	357.14
Чай с лимоном	150	16.65

**Итого калорийность: 1464.27 Ккал.**
**Меню** 10 Февраля 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный с рисовой круп	200	153.52
Бутерброд с маслом	50/6	178.88
Какао с молоком	180	87.22
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Соки	100	51.59
<b>ОБЕД</b>		
Овощи натуральные соленые или свежие	60	9.78
Хлеб ржаной	50	93.97
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	206/5	111.84
Картофельное пюре	130	123.66
Печень говяжья	80	70.01
по-строгановски с томатным с		
Кисель из свежих ягод	180	104.29
<b>ПОЛДНИК</b>		
Мармелад	24.94	109.67
Кисломолочный напиток	200	113.20
<b>УЖИН</b>		
Яйцо отварное	40	53.77
Хлеб пшеничный	25	59.00
Фрукты свежие	100	34.68
Сырники из творога с джемом или повидлом	150/20	411.31
Чай с лимоном	180	24.78

**Итого калорийность: 1791.17 Ккал.**