

Меню 10 Января 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Каша молочная пшениная	150	143.13
*Какао с молоком	150	91.29
Хлеб пшеничный	25	58.60
10 ЧАСОВ		
Апельсины	250	90.00
ОБЕД		
*Салат "Светофор"	40	30.91
*Рассольник "Ленинградский"	150/6	84.69
*Котлета из птицы "Ряба"	50	57.79
*Пюре картофельное	120	116.51
*Отвар шиповника	150	46.84
Хлеб ржаной	45	87.66
ПОЛДНИК		
Печенье	40	174.32
**Снежок	192	147.33
УЖИН		
23- Тефтели рыбные "Ежики"	160	258.75
23- Чай полусладкий с молоком	150	42.52
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1500.66 Ккал.**Меню 10 Января 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Каша молочная пшениная	200	179.38
*Какао с молоком	200	104.80
Хлеб пшеничный	35	87.81
10 ЧАСОВ		
Апельсины	250	90.00
ОБЕД		
*Салат "Светофор"	60	46.77
*Рассольник "Ленинградский"	200/6	94.94
*Котлета из птицы "Ряба"	70	79.11
*Пюре картофельное	130	125.71
*Отвар шиповника	200	58.22
Хлеб ржаной	55	108.91
ПОЛДНИК		
Печенье	50	216.59
**Снежок	200	153.00
УЖИН		
23- Тефтели рыбные "Ежики"	200	303.54
23- Чай полусладкий с молоком	200	57.61
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1788.43 Ккал.