

Меню 11 Января 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
*Бутерброд горячий с сыром и	40	122.53
*Суп молочный с макаронным	150	94.67
*Кофейный напиток с молоком	150	116.99
Хлеб пшеничный	10	23.44
10 ЧАСОВ		
**Сок 0,2	200	
ОБЕД		
*Щи из свежей капусты с мясо	150/7/5	80.40
23- Бифштекс "Школьный"	60	174.49
*Каша перловая с овощами	120	136.17
*Компот из смеси сухофруктов	150	31.37
Хлеб ржаной	45	87.66
ПОЛДНИК		
*Булочка молочная	40	133.14
**Снежок	160	123.11
УЖИН		
23- Запеканка из творога	150	355.58
23- Соус сметанный сладкий	30	42.69
23- Чай не сладкий (180-200)	180	0.06
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1604.34 Ккал.**Меню 11 Января 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
*Бутерброд горячий с сыром и	50	152.08
*Суп молочный с макаронным	200	142.77
*Кофейный напиток с молоком	200	125.01
Хлеб пшеничный	10	23.44
10 ЧАСОВ		
*Сок фруктовый	200	86.60
ОБЕД		
*Щи из свежей капусты с мясо	200/7/6	94.00
23- Бифштекс "Школьный"	80	231.98
*Каша перловая с овощами	150	166.10
*Компот из смеси сухофруктов	200	35.83
Хлеб ржаной	55	107.14
ПОЛДНИК		
*Булочка молочная	50	161.33
**Снежок	200	153.00
УЖИН		
23- Запеканка из творога	200	473.28
23- Соус сметанный сладкий	50	71.15
23- Чай не сладкий (180-200)	200	0.07
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 2117.54 Ккал.