

**Меню 12 Января 2024г. Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
*Мамина кашка с фруктами	150/20	134.25
*Какао с молоком	150	91.29
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Апельсины	230	82.80
<b>ОБЕД</b>		
*Бабушкин суп с мясом	150/7	116.15
23- Пудинг из говядины	60/5	203.99
23- Капуста тушеная (150-180)	150	127.55
*Компот из апельсинов с ябло	150	49.92
Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
23- Ватрушка с творогом	50	152.76
*Кисель из концентрата плодо	150	19.96
<b>УЖИН</b>		
23- Суфле рыбное	60	130.75
23- Макароны изделия отва	120	166.74
23- Чай полусладкий (180-200)	180	20.02
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1526.46 Ккал.

**Меню 12 Января 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
*Мамина кашка с фруктами	200/20	179.84
*Какао с молоком	200	114.62
Хлеб пшеничный	35	82.04
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Апельсины	230	82.80
<b>ОБЕД</b>		
*Бабушкин суп с мясом	200/7	148.39
23- Пудинг из говядины	80/5	257.01
23- Капуста тушеная (150-180)	180	152.86
*Компот из апельсинов с ябло	200	60.57
Хлеб ржаной	50	97.40
<b>ПОЛДНИК</b>		
23- Ватрушка с творогом	70	213.19
*Кисель из концентрата плодо	200	23.95
<b>УЖИН</b>		
23- Суфле рыбное	80	174.04
23- Макароны изделия отва	150	225.40
23- Чай полусладкий (180-200)	200	26.82
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1920.97 Ккал.