

**Меню 12 Февраля 2024г. Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
23- Яйцо вареное	40	62.84
23- Каша молочная пшенная	150	195.80
*Кофейный напиток без молока	170	41.20
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Апельсины	230	83.00
<b>ОБЕД</b>		
23- Уха рыбацкая	150	69.25
23- Котлета домашняя	60	95.18
23- Каша гречневая рассыпчатая	120	223.38
*Компот из плодов сушеных	150	85.36
Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
23- Булочка "Домашняя"	60	226.38
***Кефир	200	148.80
<b>УЖИН</b>		
23 Рагу овощное с томатом	220	271.93
23- Чай полусладкий (180-200)	180	20.02
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1741.70 Ккал.

**Меню 12 Февраля 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
23- Яйцо вареное	40	62.84
23- Каша молочная пшенная	200	230.82
*Кофейный напиток без молока	200	37.74
Хлеб пшеничный	35	75.29
<b>10 ЧАСОВ</b>		
*Напиток витаминизированный	200	
<b>ОБЕД</b>		
23- Уха рыбацкая	200	90.85
23- Котлета домашняя	80	128.27
23- Каша гречневая рассыпчатая	150	268.53
*Компот из плодов сушеных	200	106.16
Хлеб ржаной	50	104.74
<b>ПОЛДНИК</b>		
23- Булочка "Домашняя"	70	262.95
***Кефир	200	157.39
<b>УЖИН</b>		
23 Рагу овощное с томатом	250	365.60
23- Чай полусладкий (180-200)	200	26.82
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 2000.04 Ккал.