

Меню 6 Февраля 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
*** Омлет натуральный	150	189.96
*Какао с молоком	150	91.29
Хлеб пшеничный	30	70.32
10 ЧАСОВ		
Яблоки	200	81.60
ОБЕД		
23- Икра морковная	40	44.74
*Суп картофельный с мясом	150/10	107.23
*Котлета из птицы "Ряба"	50	52.45
23- Рис с томатом и овощами	120	162.27
*Компот из смеси сухофруктов	150	31.37
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
Вафли	40	144.96
**Варенец	160	80.80
УЖИН		
23- Тефтели рыбные "Ежики" с	180	232.73
23- Чай с молоком	150	50.19
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1488.15 Ккал.**Меню 6 Февраля 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
*** Омлет натуральный	200	269.13
*Какао с молоком	200	114.62
Хлеб пшеничный	35	82.04
10 ЧАСОВ		
Яблоки	200	81.60
ОБЕД		
23- Икра морковная	60	67.35
*Суп картофельный с мясом	200/5	107.54
*Котлета из птицы "Ряба"	70	72.30
23- Рис с томатом и овощами	150	199.21
*Компот из смеси сухофруктов	200	35.83
Хлеб ржаной	45	87.66
ПОЛДНИК		
Вафли	50	181.20
**Варенец	200	101.00
УЖИН		
23- Тефтели рыбные "Ежики" с	230	287.43
23- Чай с молоком	200	61.60
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1830.55 Ккал.