

Меню 11 Марта 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Яйцо вареное	40	62.84
23- Каша манная молочная жи	150	216.51
*Кофейный напиток без молок	170	41.20
Хлеб пшеничный	25	58.60
10 ЧАСОВ		
Яблоки	200	81.60
ОБЕД		
23- Маринад свекольный	40	44.79
23- Суп картофельный с клецк	150	58.33
23- Котлета "Здоровье" из сви	60	55.40
*Каша перловая с овощами	120	116.15
**Сок 0,2	200	
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
*Сдоба обыкновенная	40	132.48
***Кефир	200	148.80
УЖИН		
23- Запеканка капустно-морко	150/30	269.73
23- Чай не сладкий (180-200)	180	0.06
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1434.73 Ккал.**Меню 11 Марта 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Яйцо вареное	40	62.84
23- Каша манная молочная жи	200	275.68
*Кофейный напиток без молок	200	45.40
Хлеб пшеничный	30	70.32
10 ЧАСОВ		
Яблоки	200	81.60
ОБЕД		
23- Маринад свекольный	60	69.68
23- Суп картофельный с клецк	200	75.99
23- Котлета "Здоровье" из сви	80	70.56
*Каша перловая с овощами	150	146.79
*Сок фруктовый	194	84.01
Хлеб ржаной	45	87.23
ПОЛДНИК		
*Сдоба обыкновенная	50	158.09
***Кефир	200	149.32
УЖИН		
23- Запеканка капустно-морко	200/50	372.92
23- Чай не сладкий (180-200)	200	0.07
Хлеб пшеничный	35	80.12

Итого калорийность: 1830.62 Ккал.