

**Меню 15 Марта 2024г. Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Сыр	10	35.65
*Каша из хлопьев овсяных "Ге	150	157.25
*Кофейный напиток с молоком	150	93.31
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
**Сок 0,2	200	
<b>ОБЕД</b>		
23- Суп картофельный с клецк	150	58.33
23- Суфле рыбное	60	130.75
*Капуста тушеная	120	76.57
*Компот из смеси сухофруктов	150	31.37
Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
Вафли	40	144.96
**Снежок	187	143.27
<b>УЖИН</b>		
*Овощи отварные	40	13.48
*Творожно - яичный омлет	150	215.06
23- Чай полусладкий (180-200)	180	20.02
Хлеб пшеничный	30	70.32

**Итого калорийность: 1338.58 Ккал.****Меню 15 Марта 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Сыр	10	36.18
*Каша из хлопьев овсяных "Ге	200	216.95
*Кофейный напиток с молоком	200	101.93
Хлеб пшеничный	35	88.72
<b>10 ЧАСОВ</b>		
*Сок фруктовый	200	86.60
<b>ОБЕД</b>		
23- Суп картофельный с клецк	200	80.09
23- Суфле рыбное	80	172.97
*Капуста тушеная	150	97.07
*Компот из смеси сухофруктов	200	35.89
Хлеб ржаной	45	91.11
<b>ПОЛДНИК</b>		
Вафли	50	180.66
**Снежок	200	153.00
<b>УЖИН</b>		
*Овощи отварные	60	20.19
*Творожно - яичный омлет	150	215.69
23- Чай полусладкий (180-200)	200	26.82
Хлеб пшеничный	35	82.04

**Итого калорийность: 1685.91 Ккал.**