

**Меню 18 Марта 2024г. Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
**Макароны с сыром	120/12	218.54
*Кофейный напиток без молок	170	41.20
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Апельсины	230	82.80
<b>ОБЕД</b>		
*Салат "Аппетитный"	40	53.60
23- Суп картофельный с яичны	150	98.18
23- Гуляш	40/20	161.57
23- Каша гречневая рассыпчат	120	223.38
*Компот из свежих фруктов	150	38.74
Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
23- Булочка "Осенняя"	50	162.64
***Кефир	200	148.80
<b>УЖИН</b>		
23- Картофель по-княжески	150	222.70
23- Соус сметанный	30	30.71
*Чай с молоком полусладкий	150	42.52
Хлеб пшеничный	30	70.32

**Итого калорийность: 1743.94 Ккал.****Меню 18 Марта 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
**Макароны с сыром	170/15	289.30
*Кофейный напиток без молок	200	43.09
Хлеб пшеничный	35	88.56
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Апельсины	230	82.86
<b>ОБЕД</b>		
*Салат "Аппетитный"	60	85.28
23- Суп картофельный с яичны	200	139.29
23- Гуляш	50/30	207.65
23- Каша гречневая рассыпчат	150	284.75
*Компот из свежих фруктов	200	48.33
Хлеб ржаной	50	92.76
<b>ПОЛДНИК</b>		
23- Булочка "Осенняя"	70	227.83
***Кефир	200	158.80
<b>УЖИН</b>		
23- Картофель по-княжески	180	272.86
23- Соус сметанный	40	41.12
*Чай с молоком полусладкий	200	56.67
Хлеб пшеничный	35	82.04

**Итого калорийность: 2201.19 Ккал.**