

Меню 19 Марта 2024г. Ясли

| Наименование блюд | Выход блюд | |
|-------------------------------|------------|-----------|
| | Вес,гр. | Калор,кк. |
| ЗАВТРАК | | |
| 23- Каша манная молочная жи | 150 | 153.60 |
| *Какао с молоком | 150 | 91.29 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93.76 |
| 10 ЧАСОВ | | |
| **Сок 0,2 | 200 | |
| ОБЕД | | |
| 23- Маринад овощной без том | 40 | 39.16 |
| *Свекольник со сметаной, с мя | 150/7/5 | 104.29 |
| 23- Картофельная запеканка с | 160 | 207.74 |
| *Компот из плодов сушеных | 150 | 29.84 |
| Хлеб ржаной | 40 | 77.92 |
| ПОЛДНИК | | |
| Печенье | 40 | 174.32 |
| **Снежок | 187 | 143.27 |
| УЖИН | | |
| *Рыба запечёная | 60 | 82.52 |
| 23- Свекла тушеная | 120 | 102.32 |
| 23 Чай не сладкий с молоком | 180 | 27.30 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 70.32 |

Итого калорийность: 1397.65 Ккал.**Меню 19 Марта 2024г. Д/с**

| Наименование блюд | Выход блюд | |
|-------------------------------|------------|-----------|
| | Вес,гр. | Калор,кк. |
| ЗАВТРАК | | |
| 23- Каша манная молочная жи | 200 | 194.67 |
| *Какао с молоком | 200 | 114.62 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 105.48 |
| 10 ЧАСОВ | | |
| *Сок фруктовый | 200 | 86.60 |
| ОБЕД | | |
| 23- Маринад овощной без том | 60 | 58.76 |
| *Свекольник со сметаной, с мя | 200/7/5 | 124.02 |
| 23- Картофельная запеканка с | 200 | 263.03 |
| *Компот из плодов сушеных | 200 | 35.86 |
| Хлеб ржаной | 50 | 91.11 |
| ПОЛДНИК | | |
| Печенье | 50 | 217.25 |
| **Снежок | 200 | 153.00 |
| УЖИН | | |
| *Рыба запечёная | 70 | 150.80 |
| 23- Свекла тушеная | 150 | 133.05 |
| 23 Чай не сладкий с молоком | 200 | 29.67 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 105.48 |

Итого калорийность: 1863.40 Ккал.