

Меню 20 Марта 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Каша ячневая молочная в	155	193.12
*Кофейный напиток с молоком	150	116.99
Хлеб пшеничный	30	70.32
10 ЧАСОВ		
Апельсины	134	48.24
ОБЕД		
23- Суп картофельный с макар	150	99.12
23- Голубцы рыбные ленивые	180	197.19
*Кисель из концентрата плодо	150	19.96
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
23- Булочка "Дорожная"	50	192.26
**Варенец	195	98.69
УЖИН		
23- Картофельная запеканка с	180	152.72
23- Чай с молоком	150	54.19
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1391.04 Ккал.**Меню 20 Марта 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Сыр	15	54.87
23- Каша ячневая молочная в	205	248.52
*Кофейный напиток с молоком	200	127.96
Хлеб пшеничный	35	82.04
10 ЧАСОВ		
Апельсины	134	49.67
ОБЕД		
23- Суп картофельный с макар	200	125.37
23- Голубцы рыбные ленивые	230	255.63
*Кисель из концентрата плодо	200	23.95
Хлеб ржаной	50	92.32
ПОЛДНИК		
23- Булочка "Дорожная"	70	269.97
**Варенец	200	101.00
УЖИН		
23- Картофельная запеканка с	230	191.08
23- Чай с молоком	200	69.68
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1774.10 Ккал.