

**Меню 22 Марта 2024г. Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Масло сливочное	7	39.59
23- Каша из хлопьев овсяных	150	170.48
*Кофейный напиток без молока	170	41.20
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Яблоки	170	69.36
<b>ОБЕД</b>		
23- Суп картофельный с бобов	150	95.96
23- Котлеты, биточки, шницел	60	71.83
*Сложный гарнир (пюре карто	120	106.51
23- Компот из свежих яблок	150	46.46
Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
Вафли	40	144.96
23- Молоко кипяченое	150	88.80
<b>УЖИН</b>		
23- Морковь тушенная с рисом	180	232.23
23 Чай не сладкий с молоком	180	27.30
Хлеб пшеничный	35	82.04

**Итого калорийность: 1364.96 Ккал.****Меню 22 Марта 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Масло сливочное	7	41.39
23- Каша из хлопьев овсяных	200	216.33
*Кофейный напиток без молока	200	42.13
Хлеб пшеничный	35	82.04
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Яблоки	170	69.75
<b>ОБЕД</b>		
23- Суп картофельный с бобов	200	128.66
23- Котлеты, биточки, шницел	80	96.08
*Сложный гарнир (пюре карто	150	140.40
23- Компот из свежих яблок	200	62.59
Хлеб ржаной	50	94.26
<b>ПОЛДНИК</b>		
Вафли	50	181.20
23- Молоко кипяченое	200	117.59
<b>УЖИН</b>		
23- Морковь тушенная с рисом	200	257.45
23 Чай не сладкий с молоком	200	29.67
Хлеб пшеничный	40	99.81

**Итого калорийность: 1659.35 Ккал.**