

Меню 25 Марта 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Яйцо вареное	40	62.84
**Макароны с сыром	120/12	218.54
*Кофейный напиток без молока	170	33.21
Хлеб пшеничный	30	70.32
10 ЧАСОВ		
**Сок 0,2	200	
ОБЕД		
23- Салат "Зимний"	40	46.80
23- Солянка рыбная	150	79.29
23- Бифштекс "Школьный"	60	174.49
*Рис с томатом и овощами	120	152.86
*Отвар шиповника	150	46.84
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
*Сдоба обыкновенная	40	132.48
***Кефир	177	131.85
УЖИН		
23 Рагу овощное с томатом	220	280.67
*Чай с молоком полусладкий	150	38.53
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1616.96 Ккал.**Меню 25 Марта 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Яйцо вареное	40	62.84
**Макароны с сыром	170/15	289.63
*Кофейный напиток без молока	200	28.91
Хлеб пшеничный	35	91.49
10 ЧАСОВ		
*Сок фруктовый	194	84.01
ОБЕД		
23- Салат "Зимний"	60	71.10
23- Солянка рыбная	200	107.46
23- Бифштекс "Школьный"	80	233.79
*Рис с томатом и овощами	150	202.07
*Отвар шиповника	200	58.84
Хлеб ржаной	50	104.08
ПОЛДНИК		
*Сдоба обыкновенная	50	158.82
***Кефир	200	148.80
УЖИН		
23 Рагу овощное с томатом	250	395.82
*Чай с молоком полусладкий	200	46.38
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 2166.08 Ккал.