

Меню 27 Марта 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Сыр	15	53.48
*** Омлет натуральный	150	181.62
*Кофейный напиток с молоком	150	93.31
Хлеб пшеничный	30	70.32
10 ЧАСОВ		
Апельсины	200	72.00
ОБЕД		
*Овощи отварные	40	16.84
*Рассольник домашний со сме	150/7/5	102.54
23- Тефтели рыбные "Ежики" с	160	221.61
**Сок 0,2	200	
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
*Булочка молочная	40	164.88
**Варенец	160	80.80
УЖИН		
*Огурец консервированный	40	4.00
*Картофельная запеканка с ов	150/30	222.32
23- Чай полусладкий (180-200)	180	20.02
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1451.98 Ккал.**Меню 27 Марта 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Сыр	15	57.40
*** Омлет натуральный	200	259.13
*Кофейный напиток с молоком	200	116.43
Хлеб пшеничный	35	90.67
10 ЧАСОВ		
Апельсины	200	72.00
ОБЕД		
*Овощи отварные	60	25.48
*Рассольник домашний со сме	200/7/5	118.96
23- Тефтели рыбные "Ежики" с	200	274.08
*Сок фруктовый	176	76.41
Хлеб ржаной	50	90.52
ПОЛДНИК		
*Булочка молочная	50	184.63
**Варенец	200	98.79
УЖИН		
*Огурец консервированный	50	4.56
*Картофельная запеканка с ов	180/30	246.43
23- Чай полусладкий (180-200)	200	26.82
Хлеб пшеничный	39.71	101.71

Итого калорийность: 1844.02 Ккал.