

**Меню 4 Апреля 2024г. Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
*Мамина кашка с фруктами	150/20	134.25
*Какао с молоком	150	91.29
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Апельсины	150	54.00
<b>ОБЕД</b>		
*Маринад свекольный	40	43.60
*Бабушкин суп с мясом	150/7	109.48
*Биточек из рыбы запечённый	60	166.77
*Рис с томатом и овощами	120	152.86
*Кисель из концентрата плодо	150	19.96
Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
*Сдоба обыкновенная	40	132.48
**ЙОГУРТ	160	100.48
<b>УЖИН</b>		
23- Яйцо вареное	40	62.84
*Запеканка из творога со сгущ	140/40	421.00
*Чай с молоком полусладкий	150	42.52
Хлеб пшеничный	30	70.32

**Итого калорийность: 1750.09 Ккал.****Меню 4 Апреля 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
*Мамина кашка с фруктами	200/20	178.62
*Какао с молоком	200	111.98
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Апельсины	150	54.00
<b>ОБЕД</b>		
*Маринад свекольный	60	61.01
*Бабушкин суп с мясом	200/7	139.35
*Биточек из рыбы запечённый	70	191.58
*Рис с томатом и овощами	150	200.18
*Кисель из концентрата плодо	200	23.95
Хлеб ржаной	47.63	105.60
<b>ПОЛДНИК</b>		
*Сдоба обыкновенная	50	154.65
**ЙОГУРТ	185	116.42
<b>УЖИН</b>		
23- Яйцо вареное	40	62.84
*Запеканка из творога со сгущ	200/50	577.57
*Чай с молоком полусладкий	200	76.03
Хлеб пшеничный	40	88.77

**Итого калорийность: 2212.87 Ккал.**