

Меню

16 Мая 2024г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Сыр	15	53.48
*** Омлет натуральный	150	189.96
*Какао с молоком	150	91.29
Хлеб пшеничный	30	70.32
10 ЧАСОВ		
**Сок 0,2	200	
ОБЕД		
*Борщ с капустой и картофелем со сметано	150/3	60.36
23- Рыба, запеченная в сметане с картофе	180	263.80
*Компот из свежих фруктов	150	38.74
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
23- Хачапури	50	160.98
**ЙОГУРТ	160	100.48
УЖИН		
23- Запеканка из творога	150	344.80
23- Соус сметанный сладкий (2 вариант)	30	33.90
*Чай с молоком полусладкий	150	42.52
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1598.87 Ккал.**Меню**

16 Мая 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Сыр	15	53.48
*** Омлет натуральный	200	269.13
*Какао с молоком	200	110.21
Хлеб пшеничный	35	82.04
10 ЧАСОВ		
*Сок фруктовый	195	84.49
ОБЕД		
*Борщ с капустой и картофелем со сметано	200/3	75.46
23- Рыба, запеченная в сметане с картофе	230	341.60
*Компот из свежих фруктов	200	48.21
Хлеб ржаной	50	95.02
ПОЛДНИК		
23- Хачапури	70	225.49
**ЙОГУРТ	200	125.51
УЖИН		
23- Запеканка из творога	200	466.20
23- Соус сметанный сладкий (2 вариант)	50	57.17
*Чай с молоком полусладкий	200	57.61
Хлеб пшеничный	40	97.63

Итого калорийность: 2189.25 Ккал.