

Меню

13 Сентября 2024г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Каша "Дружба"	130	134.53
24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком)	180	75.46
24.-Бутерброд с маслом	20/6	86.27
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый 0,2	180	46.41
ОБЕД		
24-Овощи натуральные соленые или свежие	40	8.40
24.-Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	115.14
24-Гренки из пшеничного хлеба	15	65.63
24-Рыба по-польски	60	110.88
24-Рис отварной с овощами	110	158.37
24.-Компот из сухофруктов (кураги и изюма)	180	43.81
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
24.-Молоко кипяченое 180/200	180	106.56
24-Сушка на сметане	50	196.01
УЖИН		
24.-Рагу из овощей с мясом	150	186.69
24-Чай с сахаром	180	20.04
24-Плоды свежие	95	
Хлеб пшеничный	20	46.88

Итого калорийность: 1479.00 Ккал.

Меню

13 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Каша "Дружба"	200	205.08
24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком)	200	76.69
24.-Бутерброд с маслом	25/6	99.62
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый (овощной)	180	108.23
ОБЕД		
24-Овощи натуральные соленые или свежие	50	12.13
24.-Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	133.36
24-Гренки из пшеничного хлеба	25	111.79
24-Рыба по-польски	70	124.63
24-Рис отварной с овощами	150	210.98
24.-Компот из сухофруктов (кураги и изюма)	200	67.90
Хлеб ржаной	50	105.43
ПОЛДНИК		
24.-Молоко кипяченое 180/200	200	111.21
24-Сушка на сметане	60	256.08
УЖИН		
24.-Рагу из овощей с мясом	200	252.90
24-Чай с сахаром	200	24.05
24-Плоды свежие	100	
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1970.40 Ккал.