

Меню

19 Сентября 2024г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Омлет натуральный	150	212.07
24-Зелёный горошек или кукуруза консервированные о	40	15.36
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	180	73.69
24.-Бутерброд с маслом	20/6	86.27
10 ЧАСОВ		
24-Плоды свежие	90	42.09
ОБЕД		
24-Овощи натуральные солен или свежие	40	8.40
24-:Суп картофельный с макаронными изделиями, с мя	180	110.52
24-Жаркое по-домашнему	150	205.70
24-Лимонный напиток	180	62.06
Хлеб пшеничный	15	35.16
Хлеб ржаной	25	48.70
ПОЛДНИК		
24-Кисломолочный напиток	160	122.40
24-Манник со сгущенным молс	50/25	250.16
УЖИН		
24-Чай с лимоном	180	20.82
24-Рагу из овощей	120	75.38
24-Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	188.12
Хлеб пшеничный	15	35.16
Хлеб ржаной	15	38.96

Итого калорийность: 1631.02 Ккал.

Меню

19 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Омлет натуральный	150	212.07
24-Зелёный горошек или кукуруза консервированные о	50	19.13
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	200	77.89
24.-Бутерброд с маслом	25/6	109.23
10 ЧАСОВ		
24-Плоды свежие	90	47.02
ОБЕД		
24-Овощи натуральные солен или свежие	50	11.78
24-:Суп картофельный с макаронными изделиями, с мя	200	128.17
24-Жаркое по-домашнему	200	237.31
24-Лимонный напиток	200	70.83
Хлеб пшеничный	20	47.23
Хлеб ржаной	30	61.40
ПОЛДНИК		
24-Кисломолочный напиток	180	156.18
24-Манник со сгущенным молс	60/30	309.97
УЖИН		
24-Чай с лимоном	200	25.00
24-Рагу из овощей	150	100.23
24-Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	234.04
Хлеб пшеничный	20	46.88
Хлеб ржаной	20	58.44

Итого калорийность: 1952.80 Ккал.