

Меню

16 Сентября 2024г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Каша пшеничная молочная жидкая	130	125.41
24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком)	180	75.46
24.-Бутерброд с маслом	35/6	125.53
10 ЧАСОВ		
24.-Молоко кипяченое 180/200	180	106.56
ОБЕД		
24-Овощи натуральные соленые или свежие	40	8.40
24-Суп картофельный с клецками с мясом	180	76.15
24-Гуляш	60	218.15
24-Каша гречневая рассыпчатая	110	165.56
24-Кисель из ягод свежемороженых	180	60.36
Хлеб пшеничный	15	35.16
Хлеб ржаной	20	38.96
ПОЛДНИК		
24-Напиток из шиповника	180	50.98
Вафли	30	108.72
УЖИН		
24-Сельдь с луком репчатым	60	108.94
24-Картофель отварной	120	109.13
Сок фруктовый 0,2	180	46.41
Хлеб пшеничный	20	46.88
Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1545.72 Ккал.

Меню

16 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Каша пшеничная молочная жидкая	200	185.93
24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком)	200	76.69
24.-Бутерброд с маслом	45/6	158.54
10 ЧАСОВ		
24.-Молоко кипяченое 180/200	200	108.58
ОБЕД		
24-Овощи натуральные соленые или свежие	50	9.78
24-Суп картофельный с клецками с мясом	200	84.39
24-Гуляш	70	278.28
24-Каша гречневая рассыпчатая	150	220.01
24-Кисель из ягод свежемороженых	200	65.99
Хлеб пшеничный	20	46.88
Хлеб ржаной	25	48.70
ПОЛДНИК		
24-Напиток из шиповника	200	60.84
Вафли	55	111.55
УЖИН		
24-Сельдь с луком репчатым	70	126.88
24-Картофель отварной	150	138.37
Сок фруктовый (овощной)	180	109.22
Хлеб пшеничный	25	58.37
Хлеб ржаной	30	66.27

Итого калорийность: 1955.27 Ккал.