

Меню

10 Сентября 2024г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК			
24-Суп молочный с крупой	150	131.60	
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	180	73.69	
24-Бутерброд с джемом или повидлом	25/12	96.82	
10 ЧАСОВ			
24.-Плоды свежие 100/100	100	44.30	
ОБЕД			
24-Овощи натуральные солен или свежие	40	5.64	
24-Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180	137.22	
24-Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	130/2	248.29	
24-Компот из сухофруктов	180	21.39	
Хлеб пшеничный	15	35.16	
Хлеб ржаной	20	38.96	
ПОЛДНИК			
24.-Кисломолочный напиток 180/200	180	113.04	
24-"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из др	50	160.56	
УЖИН			
24-Овощи натуральные солен или свежие	40	9.60	
24-Капуста, тушенная с мясом	150	224.21	
24-Напиток из шиповника	180	50.98	
Хлеб пшеничный	25	58.60	
Хлеб ржаной	20	38.96	

Итого калорийность: 1489.02 Ккал.

Меню

10 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК			
24-Суп молочный с крупой	200	170.89	
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	200	76.39	
24-Бутерброд с джемом или повидлом	25/12	96.82	
10 ЧАСОВ			
24.-Плоды свежие 100/100	100	33.32	
ОБЕД			
24-Овощи натуральные солен или свежие	50	8.25	
24-Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	200	154.13	
24-Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	150/3	294.88	
24-Компот из сухофруктов	200	25.68	
Хлеб пшеничный	20	46.88	
Хлеб ржаной	25	48.70	
ПОЛДНИК			
24.-Кисломолочный напиток 180/200	200	144.36	
24-"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из др	60	197.36	
УЖИН			
24-Овощи натуральные солен или свежие	50	10.75	
24-Капуста, тушенная с мясом	150	222.22	
24-Напиток из шиповника	200	61.46	
Хлеб пшеничный	30	70.32	
Хлеб ржаной	25	48.70	

Итого калорийность: 1711.11 Ккал.