

Руководитель

Меню**20 Марта 2025г.****Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Омлет натуральный	150	195.40
24-Зелёный горошек или кукуруза консервированные о	40	6.80
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	180	73.69
24:-Бутерброд с маслом	30/5/9	141.19
10 ЧАСОВ		
24-Кисломолочный напиток	160	81.44
ОБЕД		
24-Овощи натуральные солен	40	4.00
или свежие		
24:-Суп картофельный с макаронными изделиями, с мя	180	80.77
24-Жаркое по-домашнему	150	221.01
24-Лимонный напиток	180	61.32
Хлеб пшеничный	15	35.16
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
Сок фруктовый 0,2	200	111.40
шоколад	30	
УЖИН		
24-Запеканка из творога	130	292.60
24-Молоко сгущенное	10	32.73
24-Плоды свежие	95	38.76
24-Чай с молоком	180	33.66

Итого калорийность: 1487.85 Ккал.

Руководитель

Меню**20 Марта 2025г.****Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Омлет натуральный	150	211.61
24-Зелёный горошек или кукуруза консервированные о	50	20.90
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	200	126.69
24:-Бутерброд с маслом	35/5/13	166.05
10 ЧАСОВ		
24-Кисломолочный напиток	180	81.32
ОБЕД		
24-Овощи натуральные солен	50	5.23
или свежие		
24:-Суп картофельный с макаронными изделиями, с мя	200	90.25
24-Жаркое по-домашнему	200	299.96
24-Лимонный напиток	200	72.93
Хлеб пшеничный	23.82	55.83
Хлеб ржаной	50	99.80
ПОЛДНИК		
Сок фруктовый (овощной)	201.75	117.26
шоколад	55	
УЖИН		
24-Запеканка из творога	180	417.97
24-Молоко сгущенное	15	49.10
24-Плоды свежие	100	40.65
24-Чай с молоком	200	47.54

Итого калорийность: 1903.09 Ккал.