

Меню

28 Июля 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24.-Макаронные изделия, запе	130	219.27
24-Кофейный напиток с молок	95	25.14
24.-Бутерброд с маслом	20/6	86.27
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый 0,2	180	100.26
ОБЕД		
24-Овощи натуральные солен	40	8.40
24-Щи из свежей капусты со с	175	57.45
24-Плов с мясом	130	146.57
24-Компот из сухофруктов	180	21.39
Хлеб пшеничный	15	35.16
Хлеб ржаной	20	38.96
ПОЛДНИК		
24-Компот из ягод заморожен	180	28.49
Вафли	20	72.48
УЖИН		
24-Винегрет овощной	40	52.18
24-Тефтели рыбные	60	98.19
24-Чай с сахаром	180	20.04
Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1049.21 Ккал.

Меню

28 Июля 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24.-Макаронные изделия, запе	200	333.66
24-Кофейный напиток с молок	115	50.01
24.-Бутерброд с маслом	25/6	105.90
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый (овощной)	180	104.44
ОБЕД		
24-Овощи натуральные солен	50	10.72
24-Щи из свежей капусты со с	194	65.75
24-Плов с мясом	200	227.64
24-Компот из сухофруктов	200	24.96
Хлеб пшеничный	35.63	83.52
Хлеб ржаной	25	58.44
ПОЛДНИК		
24-Компот из ягод заморожен	200	34.73
Вафли	50	149.49
УЖИН		
24-Винегрет овощной	60	88.56
24-Тефтели рыбные	70	138.53
24-Чай с сахаром	200	24.05
Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1549.10 Ккал.

Руководитель

Меню

29 Июля 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Суп молочный с крупой	150	131.60
24-Какао с молоком (или сгущенное)	180	73.69
24-Бутерброд с джемом или повидлом	25/12	96.82
10 ЧАСОВ		
24.-Плоды свежие 100/100	100	40.80
ОБЕД		
24-Салат из свеклы с чесноком	40	44.42
24-Суп "Волна" со сметаной, с	180	165.87
24-Запеканка картофельная с	130/2	187.44
24-Компот из сухофруктов	180	26.80
Хлеб пшеничный	15	35.16
Хлеб ржаной	20	38.96
ПОЛДНИК		
24.-Кисломолочный напиток 1%	180	113.04
24-"Гребешок" или ватрушка с	50	160.57
УЖИН		
24-Овощи натуральные соленые	40	5.64
24-Капуста, тушеная с мясом	150	213.38
24-Напиток из шиповника	180	50.98
Хлеб пшеничный	25	58.60
Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1482.73 Ккал.

Руководитель

Меню

29 Июля 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Суп молочный с крупой	200	188.03
24-Какао с молоком (или сгущенное)	200	113.61
24-Бутерброд с джемом или повидлом	25/12	108.15
10 ЧАСОВ		
24.-Плоды свежие 100/100	100	43.37
ОБЕД		
24-Салат из свеклы с чесноком	60	75.64
24-Суп "Волна" со сметаной, с	200	185.17
24-Запеканка картофельная с	150/3	235.91
24-Компот из сухофруктов	200	29.30
Хлеб пшеничный	20	46.88
Хлеб ржаной	25	52.07
ПОЛДНИК		
24.-Кисломолочный напиток 1%	200	118.04
24-"Гребешок" или ватрушка с	60	243.81
УЖИН		
24-Овощи натуральные соленые	50	8.61
24-Капуста, тушеная с мясом	150	225.95
24-Напиток из шиповника	200	48.21
Хлеб пшеничный	30	74.38
Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1845.83 Ккал.