

Руководитель

Меню 10 Декабря 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		
Сок фруктовый 0,2	180	103.44
ОБЕД		
24-Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	84.31
24.-Запеканка картофельная с мясом	130/2	241.74
24-Компот из сухофруктов	180	21.39
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
24-Кисломолочный напиток	160	122.40
Печенье	30	130.74
УЖИН		
24-Запеканка из творога	130	292.60
24-Напиток из шиповника	180	50.98
24-Плоды свежие	95	89.78

Итого калорийность: 1536.89 Ккал.

Руководитель

Меню 10 Декабря 2024г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Суп молочный с крупой	200	200.68
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	200	106.89
24-Бутерброд с джемом или повидлом	25/12	133.34
10 ЧАСОВ		
Сок фруктовый (овощной)	180	99.84
ОБЕД		
24-Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	99.58
24.-Запеканка картофельная с мясом	150/3	292.53
24-Компот из сухофруктов	200	25.56
Хлеб ржаной	59.44	115.79
ПОЛДНИК		
24-Кисломолочный напиток	180	152.41
Печенье	60.19	270.54
УЖИН		
24-Запеканка из творога	180	380.90
24-Напиток из шиповника	200	62.77
24-Плоды свежие	100	89.55

Итого калорийность: 2030.38 Ккал.

Меню

11 Декабря 2024г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Каша "Рябчик"	130	143.89
24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком)	180	92.87
24.-Бутерброд с маслом	20/6	107.05
10 ЧАСОВ		
24.-Плоды свежие 100/100	100	60.76
ОБЕД		
24-Салат "Рубин" (из свеклы с изюмом и черносливом)	40	68.92
24-Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	180	165.87
24-Птица отварная	62	226.28
24-Макаронные изделия отварные с овощами	110	129.56
24-Компот из ягод замороженных	180	26.58
Хлеб пшеничный	15	35.16
Хлеб ржаной	20	38.96
ПОЛДНИК		
24.-Кисломолочный напиток 180/200	180	137.70
24-Манник со сгущенным молоком	50/25	288.81
УЖИН		
24-Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	188.12
24-Рагу из овощей	120	70.85
24-Чай с сахаром	180	20.04
Хлеб пшеничный	25	58.60
Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1898.98 Ккал.

Меню

11 Декабря 2024г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Каша "Рябчик"	200	214.00
24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком)	200	144.11
24.-Бутерброд с маслом	25/6	131.03
10 ЧАСОВ		
24.-Плоды свежие 100/100	100	71.27
ОБЕД		
24-Салат "Рубин" (из свеклы с изюмом и черносливом)	60	105.79
24-Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы	200	190.30
24-Птица отварная	80	323.02
24-Макаронные изделия отварные с овощами	150	211.84
24-Компот из ягод замороженных	200	31.94
Хлеб пшеничный	20	46.88
Хлеб ржаной	25	34.62
ПОЛДНИК		
24.-Кисломолочный напиток 180/200	200	153.37
24-Манник со сгущенным молоком	60/30	369.00
УЖИН		
24-Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	234.58
24-Рагу из овощей	150	94.47
24-Чай с сахаром	200	24.06
Хлеб пшеничный	23.5	31.88
Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 2460.86 Ккал.