

Меню 15 декабря 2023г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Масло сливочное	5	28.28
23- Каша ячневая молочная ж	150	159.25
*Кофейный напиток с молоком	150	116.99
Хлеб пшеничный	25	58.60
10 ЧАСОВ		
Яблоки	150	61.20
ОБЕД		
*Салат из морской капусты "Кл	29	27.41
*Щи из свежей капусты с мясо	150/7/5	80.40
*Жаркое по-домашнему	180	308.39
*Компот из свежих фруктов	150	40.18
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
Вафли	35	126.84
**Снежок	160	122.40
УЖИН		
**Морковь ,тушенная с рисом	180	211.05
23- Чай не сладкий (180-200)	180	0.06
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1501.01 Ккал.

Меню 15 декабря 2023г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Масло сливочное	5	28.28
23- Каша ячневая молочная ж	200	200.49
*Кофейный напиток с молоком	200	145.87
Хлеб пшеничный	25	58.60
10 ЧАСОВ		
Яблоки	150	61.73
ОБЕД		
*Салат из морской капусты "Кл	29	27.94
*Щи из свежей капусты с мясо	200/7/6	93.96
*Жаркое по-домашнему	200	318.24
*Компот из свежих фруктов	200	50.25
Хлеб ржаной	45	89.04
ПОЛДНИК		
Вафли	35	128.33
**Снежок	167	128.12
УЖИН		
**Морковь ,тушенная с рисом	250	274.28
23- Чай не сладкий (180-200)	200	0.07
Хлеб пшеничный	40	84.90

Итого калорийность: 1690.10 Ккал.