

Меню 15 Января 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Масло сливочное	7	39.59
*Паста с овощами	150	178.57
*Кофейный напиток без молок	170	41.20
Хлеб пшеничный	25	58.60
10 ЧАСОВ		
**Сок 0,2	200	
ОБЕД		
*Ушица с рыбными фрикадель	150/30	113.26
*Зразы мясные в томатной за	60/40	223.29
*Каша перловая с овощами	120	136.17
*Компот из плодов сушеных	150	60.82
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
*Шанежка наливная	40	121.40
***Кефир	170	127.15
УЖИН		
23 Рагу овощное с томатом	220	271.93
*Чай с молоком полусладкий	150	34.82
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1555.04 Ккал.

Меню 15 Января 2024г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Масло сливочное	7	39.59
*Паста с овощами	200	239.24
*Кофейный напиток без молок	200	35.98
Хлеб пшеничный	30	70.32
10 ЧАСОВ		
*Напиток витаминизированны	200	
ОБЕД		
*Ушица с рыбными фрикадель	200/30	133.77
*Зразы мясные в томатной за	70/30	251.14
*Каша перловая с овощами	150	168.11
*Компот из плодов сушеных	200	80.59
Хлеб ржаной	47	92.90
ПОЛДНИК		
*Шанежка наливная	50	133.61
***Кефир	200	148.80
УЖИН		
23 Рагу овощное с томатом	250	370.51
*Чай с молоком полусладкий	200	47.08
Хлеб пшеничный	35	80.47

Итого калорийность: 1892.11 Ккал.