

Меню 10 Января 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Каша молочная пшениная	150	143.13
*Какао с молоком	150	91.29
Хлеб пшеничный	25	58.60
10 ЧАСОВ		
Яблоки	200	102.00
ОБЕД		
*Рассольник "Ленинградский"	150/6	84.69
*Котлета из птицы "Ряба"	50	57.79
*Пюре картофельное	120	116.51
*Отвар шиповника	150	46.84
Хлеб ржаной	45	87.66
ПОЛДНИК		
Печенье	40	174.32
**Снежок	160	122.40
УЖИН		
23- Тефтели рыбные "Ежики"	160	220.25
23- Чай полусладкий с молоко	150	42.52
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1418.32 Ккал.**Меню 10 Января 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
23- Каша молочная пшениная	200	178.87
*Какао с молоком	200	114.62
Хлеб пшеничный	35	82.04
10 ЧАСОВ		
Яблоки	200	102.00
ОБЕД		
*Рассольник "Ленинградский"	200/6	97.56
*Котлета из птицы "Ряба"	70	79.11
*Пюре картофельное	130	126.35
*Отвар шиповника	200	58.96
Хлеб ржаной	55	107.14
ПОЛДНИК		
Печенье	50	217.90
**Снежок	200	153.00
УЖИН		
23- Тефтели рыбные "Ежики"	200	262.17
23- Чай полусладкий с молоко	200	57.61
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1719.37 Ккал.