

**Меню 23 Января 2024г. Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Масло сливочное	10	56.55
23- Каша молочная пшенная	150	143.13
*Какао с молоком	150	91.29
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
**Сок 0,2	200	
<b>ОБЕД</b>		
23- Икра морковная	40	44.74
*Борщ с капустой и картофеле	150/5	63.56
23- Суфле из птицы	60	90.22
*Пюре картофельное	120	116.51
*Отвар шиповника	150	46.84
Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
Печенье	40	174.32
***Кефир	200	148.80
<b>УЖИН</b>		
23- Запеканка капустно-морков	150/30	269.73
23- Чай полусладкий (180-200)	180	20.02
Хлеб пшеничный	35	82.04

**Итого калорийность: 1495.99 Ккал.****Меню 23 Января 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Масло сливочное	10	60.79
23- Каша молочная пшенная	200	178.87
*Какао с молоком	200	97.62
Хлеб пшеничный	35	82.04
<b>10 ЧАСОВ</b>		
*Сок фруктовый	196	84.90
<b>ОБЕД</b>		
23- Икра морковная	60	69.23
*Борщ с капустой и картофеле	200/6	79.68
23- Суфле из птицы	80	119.76
*Пюре картофельное	130	126.17
*Отвар шиповника	200	59.33
Хлеб ржаной	49	96.25
<b>ПОЛДНИК</b>		
Печенье	50	219.60
***Кефир	200	149.11
<b>УЖИН</b>		
23- Запеканка капустно-морков	200/50	354.26
23- Чай полусладкий (180-200)	200	26.82
Хлеб пшеничный	40	91.70

**Итого калорийность: 1896.13 Ккал.**