

**Меню 26 Января 2024г. Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Масло сливочное	10	56.55
23- Каша из хлопьев овсяных	150	170.48
*Кофейный напиток с молоком	150	116.99
Хлеб пшеничный	30	70.32
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Яблоки	150	61.20
<b>ОБЕД</b>		
23- Суп картофельный с яичны	150	92.67
*Бигос с мясом	180	260.09
*Отвар шиповника	150	46.84
Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
Вафли	40	144.96
**Сок 0,2	200	
<b>УЖИН</b>		
23- Картофель тушеный 1	180	180.99
23- Чай не сладкий (180-200)	180	0.06
Хлеб пшеничный	30	70.32

**Итого калорийность: 1349.39 Ккал.****Меню 26 Января 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Масло сливочное	10	56.66
23- Каша из хлопьев овсяных	200	219.97
*Кофейный напиток с молоком	200	122.94
Хлеб пшеничный	37.45	87.78
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Яблоки	154.72	63.20
<b>ОБЕД</b>		
23- Суп картофельный с яичны	200	126.57
*Бигос с мясом	180	260.31
*Отвар шиповника	200	56.43
Хлеб ржаной	56.99	115.38
<b>ПОЛДНИК</b>		
Вафли	50.38	182.65
*Сок фруктовый	176	76.41
<b>УЖИН</b>		
23- Картофель тушеный 1	180	184.90
23- Чай не сладкий (180-200)	200	0.07
Хлеб пшеничный	35	82.04

**Итого калорийность: 1635.31 Ккал.**