

Меню 5 Февраля 2024г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
*Яйца вареные	40	62.84
**Макароны с сыром	120/12	218.54
*Кофейный напиток без молока	170	41.20
Хлеб пшеничный	30	70.32
10 ЧАСОВ		
**Сок 0,2	200	
ОБЕД		
23- Суп с рыбными консервами	150	116.57
23- Каша с тушеным консервами	180	224.43
*Компот из плодов сушеных	150	60.82
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
*Шанежка наливная	40	121.32
**Снежок	200	153.00
УЖИН		
23- Запеканка капустная с маслом	150/5	240.25
23- Чай не сладкий (180-200)	180	0.06
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1457.59 Ккал.**Меню 5 Февраля 2024г. Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
*Яйца вареные	40	62.84
**Макароны с сыром	170/15	291.82
*Кофейный напиток без молока	200	38.22
Хлеб пшеничный	35	71.09
10 ЧАСОВ		
*Напиток витаминизированный	200	
ОБЕД		
23- Суп с рыбными консервами	200	155.21
23- Каша с тушеным консервами	230	313.03
*Компот из плодов сушеных	200	82.12
Хлеб ржаной	50	89.18
ПОЛДНИК		
*Шанежка наливная	50	143.02
**Снежок	200	160.93
УЖИН		
23- Запеканка капустная с маслом	200/5	317.07
23- Чай не сладкий (180-200)	200	0.07
Хлеб пшеничный	35	82.04

Итого калорийность: 1806.64 Ккал.