

Меню

10 Сентября 2024г.

Ясли

Наименование блюд Выход блюд
Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

24-Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"	150	165.77
24-Чай с лимоном	170	26.98
24-Бутерброд с маслом	30	126.42

10 ЧАСОВ

24-Напиток из плодов шиповника	150	58.96
--------------------------------	-----	-------

ОБЕД

24-Овощи натуральные соленые или свежие	60	8.10
24-Рассольник ленинградский	180	123.89
24-Тефтели рыбные	60	98.75
24-Пюре картофельное	110	99.30
24-Соус сметанный	30	40.48
24-Компот из ягод	150	34.56
24-Хлеб пшеничный	35	91.56

ПОЛДНИК

24-Запеканка манная	130	136.63
24-Молоко 3,2%	170	101.32

УЖИН

24-Фрукты свежие	95	38.76
24-Капуста тушеная с мясом	180	168.23
24-Чай с лимоном	170	26.98
24-Хлеб ржаной	30	77.31

Итого калорийность: 1424.00 Ккал.

Меню

10 Сентября 2024г.

Д/с

Наименование блюд Выход блюд
Вес, гр. Калор, кк.

ЗАВТРАК

24-Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"	200	221.37
24-Чай с лимоном	200	32.37
24-Бутерброд с маслом	35	147.49

10 ЧАСОВ

24-Напиток из плодов шиповника	200	78.49
--------------------------------	-----	-------

ОБЕД

24-Овощи натуральные соленые или свежие	60	8.10
24-Рассольник ленинградский	180	123.89
24-Тефтели рыбные	70	114.98
24-Пюре картофельное	150	135.29
24-Соус сметанный	30	40.48
24-Компот из ягод	200	46.09
24-Хлеб пшеничный	60	156.96
24-Хлеб ржаной	15	38.66

ПОЛДНИК

24-Запеканка манная со свежими плодами	200	240.50
24-Молоко 3,2%	200	119.20

УЖИН

24-Фрукты свежие	100	40.80
24-Капуста тушеная с мясом	220	216.92
24-Чай с лимоном	200	32.37
24-Хлеб ржаной	40	103.08

Итого калорийность: 1897.04 Ккал.