

Меню

22 ноября 2024г.

Ясли

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

ЗАВТРАК

24-Каша "Дружба"	150	132.25
24-Чай с лимоном	170	26.98
24-Бутерброд с маслом	30	126.42

10 ЧАСОВ

24-Напиток из плодов шиповни	150	64.44
------------------------------	-----	-------

ОБЕД

24-Сельдь с луком	40	90.32
24-Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	124/5	64.01
24-Жаркое по-домашнему	180	202.26
24-Компот из изюма и кураги	150	76.39
24-Хлеб пшеничный	35	91.56

ПОЛДНИК

24-Печенье	40	137.52
24-Ряженка 2,5%	150	76.35

УЖИН

24-Фрукты свежие	95	89.78
24-Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/20	355.27
24-Молоко 3,2%	150	89.40
24-Хлеб ржаной	30	77.31

Итого калорийность: 1700.26 Ккал.

Меню

22 ноября 2024г.

Д/с

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

ЗАВТРАК

24-Каша "Дружба"	200	182.76
24-Чай с лимоном	200	31.24
24-Бутерброд с маслом	35	100.28

10 ЧАСОВ

24-Напиток витаминизированный	190	44.93
-------------------------------	-----	-------

ОБЕД

24-Сельдь с луком	50	51.94
24-Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	206/8	96.17
24-Жаркое по-домашнему	200	152.74
24-Компот из изюма и кураги	180	88.94
24-Хлеб пшеничный	30	107.52
24-Хлеб ржаной	15	38.66

ПОЛДНИК

24-Печенье	60	149.83
24-Ряженка 2,5%	180	86.40

УЖИН

24-Фрукты свежие	100	73.13
24-Запеканка из творога со сгущенным молоком	170/26	288.86
24-Молоко 3,2%	180	69.31
24-Хлеб ржаной	30	60.89

Итого калорийность: 1623.60 Ккал.