

Меню

5 Февраля 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	130.98
25-Кофейный напиток с молоком	180	60.66
25--Бутерброд с маслом	35/6	131.25
10 ЧАСОВ		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	100	50.90
ОБЕД		
25-Салат "Океан" (с кальмарами)	40	90.52
25-Борщ с капустой свежей со сметаной,	180	73.96
с мясом		
25-Птица отварная	80	221.50
25-Макаронные изделия отварные с овощами	110	122.29
25-Кисель из ягод свежемороженных	180	78.17
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	20	38.96
ПОЛДНИК		
25-.Молоко кипяченое 100/130	100	59.20
25-Булочка домашняя	50	204.69
УЖИН		
25-Кукуруза с яйцом	40	58.70
25-Рагу из овощей с мясом	150	182.75
25-Чай с лимоном	180	20.84
25-Плоды свежие	95	34.20
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1680.57 Ккал.

Меню

5 Февраля 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	194.02
25-Кофейный напиток с молоком	200	65.42
25--Бутерброд с маслом	45/6	164.06
10 ЧАСОВ		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	130	65.86
ОБЕД		
25-Салат "Океан" (с кальмарами)	60	135.54
25-Борщ с капустой свежей со сметаной,	200	81.37
с мясом		
25-Птица отварная	80	222.10
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	164.26
25-Кисель из ягод свежемороженных	200	88.07
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	46.27
ПОЛДНИК		
25-.Молоко кипяченое 100/130	130	76.96
25-Булочка домашняя	60	242.01
УЖИН		
25-Кукуруза с яйцом	60	83.37
25-Рагу из овощей с мясом	200	244.39
25-Чай с лимоном	200	25.06
25-Плоды свежие	100	35.94
25-Хлеб пшеничный	25	57.24
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 2087.52 Ккал.