

Меню

9 Января 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	150	122.62
Бутерброд с маслом	18/6	86.76
Кофейный напиток с молоком	180	79.42
10 ЧАСОВ		
Сок	100	42.40
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые	30	3.51
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150/15	43.39
Гуляш из говядины	60	175.06
Каша гречневая рассыпчатая	100	189.95
Компот из плодов консервированных	150	74.34
Хлеб пшеничный	14	32.82
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	150	84.78
25-Песочник (печенье песочное)	40	203.15
УЖИН		
Тефтели рыбные	70	143.19
Свекла тушеная	120	65.57
Чай с сахаром	150	18.02
Хлеб пшеничный	25	58.60

Итого калорийность: 1501.50 Ккал.

Меню

9 Января 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	200	174.62
Бутерброд с маслом	29/7	127.13
Кофейный напиток с молоком	180	82.25
10 ЧАСОВ		
Сок	100	41.74
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые	50	5.74
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200/15	56.33
Гуляш из говядины	70	185.22
Каша гречневая рассыпчатая	130	241.53
Компот из плодов консервированных	180	76.38
Хлеб пшеничный	22	51.57
Хлеб ржаной	50	100.87
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	170	94.42
25-Песочник (печенье песочное)	50	254.74
УЖИН		
Тефтели рыбные	80	169.37
Свекла тушеная	160	76.31
Чай с сахаром	200	24.02
Хлеб пшеничный	25	59.14

Итого калорийность: 1821.38 Ккал.

Меню

9 Января 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	200	174.62
Бутерброд с маслом	29/7	127.13
Кофейный напиток с молоком	180	82.25
10 ЧАСОВ		
Сок	100	41.74
ОБЕД		
Овощи натуральные соленые	50	5.74
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200/15	56.33
Гуляш из говядины	70	185.22
Каша гречневая рассыпчатая	130	241.53
Компот из плодов консервированных	180	76.38
Хлеб пшеничный	22	51.57
Хлеб ржаной	50	100.87
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	170	94.42
25-Песочник (печенье песочное)	50	254.74
УЖИН		
Тефтели рыбные	80	169.37
Свекла тушеная	160	76.31
Чай с сахаром	200	24.02
Хлеб пшеничный	25	59.14

Итого калорийность: 1821.38 Ккал.