

Меню

12 Марта 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	131.34
25-Кофейный напиток с молоком	180	60.66
25-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9	155.66
10 ЧАСОВ		
25-.Молоко кипяченое 100/130	100	59.20
ОБЕД		
25-Салат "Рубин" (из свеклы с изюмом и черносливом)	40	62.73
25-Суп - уха с рыбой	180	143.57
25-Печень говяжья по-строгановски	60	135.53
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-Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	70.67
25-Манник со сгущенным молоком	50/25	262.52
УЖИН		
25-Кукуруза с яйцом	40	58.70
25-Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	188.03
25.-Рагу из овощей	120	68.78
25-Чай с лимоном	180	20.84
25-Плоды свежие	95	34.20
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1801.13 Ккал.

Меню

12 Марта 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	201.16
25-Кофейный напиток с молоком	200	65.64
25-Бутерброд с маслом и сыром	50/5/13	209.89
10 ЧАСОВ		
25-.Молоко кипяченое 100/130	130	76.96
ОБЕД		
25-Салат "Рубин" (из свеклы с изюмом и черносливом)	60	90.96
25-Суп - уха с рыбой	180	116.99
25-Печень говяжья по-строгановски	70	152.79
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	164.35
25-Кисель из ягод свежемороженных	200	88.65
25-Хлеб пшеничный	25	54.54
25-Хлеб ржаной	25	45.70
ПОЛДНИК		
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	84.26
25-Манник со сгущенным молоком	60/30	319.60
УЖИН		
25-Кукуруза с яйцом	60	83.86
25-Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	210.49
25.-Рагу из овощей	150	89.46
25-Чай с лимоном	200	24.98
25-Плоды свежие	100	35.95
25-Хлеб пшеничный	25	49.58
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 2214.51 Ккал.