

Меню

13 Января 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша молочная пшеничная жидкая	150	119.58
Бутерброд с маслом	18/6	86.76
Кофейный напиток с молоком	180	79.42
10 ЧАСОВ		
Сок	100	42.40
ОБЕД		
25-Кукуруза с яйцом	40	58.70
Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150/15	98.19
Печень говяжья по-строгановски	110	193.05
Макаронные изделия отварные	60	90.89
Компот из кураги и изюма	150	62.75
Хлеб пшеничный	14	32.82
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	150	84.78
25-"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	50	166.64
УЖИН		
Рыба, запеченная в молочном соусе.	70	147.53
Картофель отварной	90	96.11
Чай с лимоном	150	15.82
Хлеб пшеничный	25	58.60

Итого калорийность: 1511.96 Ккал.**Меню**

13 Января 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша молочная пшеничная жидкая	200	177.76
Бутерброд с маслом	29/7	111.21
Кофейный напиток с молоком	180	82.13
10 ЧАСОВ		
Сок	100	43.80
ОБЕД		
25-Кукуруза с яйцом	60	83.80
Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200/15	124.37
Печень говяжья по-строгановски	130	219.06
Макаронные изделия отварные	100	147.58
Компот из кураги и изюма	200	74.42
Хлеб пшеничный	22	51.57
Хлеб ржаной	50	85.65
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	170	95.07
25-"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	199.92
УЖИН		
Рыба, запеченная в молочном соусе.	90	188.73
Картофель отварной	140	146.27
Чай с лимоном	200	28.83
Хлеб пшеничный	25	42.40

Итого калорийность: 1902.57 Ккал.

Меню

13 Января 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша молочная пшеничная жидкая	200	177.76
Бутерброд с маслом	29/7	111.21
Кофейный напиток с молоком	180	82.13
10 ЧАСОВ		
Сок	100	43.80
ОБЕД		
25-Кукуруза с яйцом	60	83.80
Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200/15	124.37
Печень говяжья по-строгановски	130	219.06
Макаронные изделия отварные	100	147.58
Компот из кураги и изюма	200	74.42
Хлеб пшеничный	22	51.57
Хлеб ржаной	50	85.65
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	170	95.07
25-"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	199.92
УЖИН		
Рыба, запеченная в молочном соусе.	90	188.73
Картофель отварной	140	146.27
Чай с лимоном	200	28.83
Хлеб пшеничный	25	42.40

Итого калорийность: 1902.57 Ккал.