

**Меню**

13 Марта 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
25-Омлет натуральный	150	200.17
25-Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	40	15.41
25-Какао с молоком	180	57.01
25-Батон нарезной	20	52.34
<b>10 ЧАСОВ</b>		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	100	76.50
<b>ОБЕД</b>		
25-Овощи натуральные соленые или свежие	30	3.51
25-.Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	180	96.14
25-Гуляш (из птицы)	55	163.14
25-Картофельное пюре	120	108.83
25-Лимонный напиток	180	62.13
25-Хлеб пшеничный	15	36.47
25-Хлеб ржаной	40	77.92
<b>ПОЛДНИК</b>		
25-Компот из ягод замороженных	180	53.71
25-Кондитерские изделия	35	130.11
<b>УЖИН</b>		
25-Запеканка из творога	130	294.45
25-Молоко сгущенное	10	29.95
25-Чай с молоком	180	33.68
25-Плоды свежие	95	38.68

**Итого калорийность: 1530.15 Ккал.****Меню**

13 Марта 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
25-Омлет натуральный	150	197.69
25-Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	50	19.30
25-Какао с молоком	200	61.16
25-Батон нарезной	40	99.55
<b>10 ЧАСОВ</b>		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	130	99.79
<b>ОБЕД</b>		
25-Овощи натуральные соленые или свежие	50	5.51
25-.Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	107.20
25-Гуляш (из птицы)	70	218.05
25-Картофельное пюре	150	137.57
25-Лимонный напиток	200	70.61
25-Хлеб пшеничный	20	43.81
25-Хлеб ржаной	50	94.73
<b>ПОЛДНИК</b>		
25-Компот из ягод замороженных	200	60.71
25-Кондитерские изделия	50	183.68
<b>УЖИН</b>		
25-Запеканка из творога	180	392.17
25-Молоко сгущенное	15	43.28
25-Чай с молоком	200	38.39
25-Плоды свежие	100	40.54

**Итого калорийность: 1913.74 Ккал.**