

Меню

18 Марта 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Суп молочный с крупой	150	133.03
25-Какао с молоком	180	57.21
25-Яйцо отварное	40	62.84
25-.Бутерброд с маслом	20/6	91.99
10 ЧАСОВ		
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	76.32
ОБЕД		
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40	69.05
25-Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180	95.97
25-Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	130/2	191.89
25-Компот из сухофруктов	180	21.39
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	20	38.96
ПОЛДНИК		
25-Кисломолочный напиток 180/200	180	137.70
25-Булочка "Татарочка" с курагой	50	194.22
УЖИН		
25-Овощи натуральные соленые или свежие	30	3.51
25-Капуста, тушенная с мясом	150	115.15
25-Напиток из шиповника	180	50.98
25-Плоды свежие	95	38.76
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1499.97 Ккал.

Меню

18 Марта 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Суп молочный с крупой	200	193.04
25-Какао с молоком	200	61.77
25-Яйцо отварное	40	62.84
25-.Бутерброд с маслом	25/6	105.68
10 ЧАСОВ		
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	83.52
ОБЕД		
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	60	105.47
25-Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	200	112.75
25-Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	150/3	253.31
25-Компот из сухофруктов	200	25.72
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	60.50
ПОЛДНИК		
25-Кисломолочный напиток 180/200	200	133.58
25-Булочка "Татарочка" с курагой	60	235.06
УЖИН		
25-Овощи натуральные соленые или свежие	50	5.69
25-Капуста, тушенная с мясом	150	115.10
25-Напиток из шиповника	200	60.76
25-Плоды свежие	100	41.08
25-Хлеб пшеничный	25	74.77
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1826.22 Ккал.