

Меню

19 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-,Кисломолочный напиток 100/130	100	56.52
ОБЕД		
25-Овощи натуральные соленые или свежие	30	3.00
25--Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	126.86
25.-Суфле из кур с рисом	50/3	258.29
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-Молоко кипяченое 180/200	180	106.56
25-Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	182.86
УЖИН		
25-Кукуруза с яйцом	40	58.70
25-Рагу из овощей с мясом	150	182.75
25-Чай с лимоном	180	20.84
25-Плоды свежие	95	34.20
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1738.66 Ккал.

Меню

19 Марта 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	197.60
25-Кофейный напиток с молоком	200	65.70
25-Бутерброд с маслом и сыром	50/5/13	209.15
10 ЧАСОВ		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	130	73.13
ОБЕД		
25-Овощи натуральные соленые или свежие	50	5.20
25--Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	141.24
25.-Суфле из кур с рисом	70/4	364.31
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	164.26
25-Кисель из ягод свежемороженных	200	95.50
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	55.42
ПОЛДНИК		
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	84.07
25-Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	219.10
УЖИН		
25-Кукуруза с яйцом	60	83.30
25-Рагу из овощей с мясом	200	246.58
25-Чай с лимоном	200	25.15
25-Плоды свежие	100	43.04
25-Хлеб пшеничный	25	67.30
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 2235.63 Ккал.