

Меню

13 Марта 2025г.

Ясли

Выход блюд

Наименование блюд

Вес, гр.

Калор, кк.

ЗАВТРАК

24-Омлет натуральный	150	195.40
24-Зелёный горошек или кукуруза консервированные отварные	40	43.47
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	180	73.69
24.-Бутерброд с маслом	20/6	86.27

10 ЧАСОВ

Сок До 3-Х Лет	180	100.26
----------------	-----	--------

ОБЕД

24-Салат из морской капусты с яйцом	40	38.66
24-Суп - уха с рыбой	180	71.61
24-Суфле из субпродуктов	60	81.31
24-Картофельное пюре	120	105.97
24-Лимонный напиток	180	62.06
Хлеб пшеничный	15	35.16
Хлеб ржаной	40	77.92

ПОЛДНИК

24:-Кондитерские изделия	30	130.74
24.-Кисломолочный напиток 180/200	180	91.62

УЖИН

24-Сырники из творога	150	334.81
24-Молоко сгущенное	10	32.73
24-Плоды свежие	95	38.76
24-Чай с молоком	180	33.66

Итого калорийность: 1634.10 Ккал.

Меню

13 Марта 2025г.

Д/с

Выход блюд

Наименование блюд

Вес, гр.

Калор, кк.

ЗАВТРАК

24-Омлет натуральный	150	195.40
24-Зелёный горошек или кукуруза консервированные отварные	50	45.45
24-Какао с молоком (или сгущенным молоком)	200	80.32
24.-Бутерброд с маслом	25/6	101.81

10 ЧАСОВ

Соки	180	100.26
------	-----	--------

ОБЕД

24-Салат из морской капусты с яйцом	60	53.58
24-Суп - уха с рыбой	180	71.61
24-Суфле из субпродуктов	70	98.24
24-Картофельное пюре	150	133.94
24-Лимонный напиток	200	70.36
Хлеб пшеничный	20	50.84
Хлеб ржаной	50	94.71

ПОЛДНИК

24:-Кондитерские изделия	55	239.69
24.-Кисломолочный напиток 180/200	200	101.80

УЖИН

24-Сырники из творога	200	447.66
24-Молоко сгущенное	15	44.32
24-Плоды свежие	100	40.80
24-Чай с молоком	200	38.85

Итого калорийность: 2009.64 Ккал.