

Заведующая

И.А Железняк

Меню

2 Апреля 2025г.

Ясли

Заведующая

И.А Железняк

Меню

2 Апреля 2025г.

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	129.07
25-Кофейный напиток с молоком	180	60.66
25-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9	151.97
10 ЧАСОВ		
25-, Кисломолочный напиток 100/130	100	76.50
ОБЕД		
25-Салат "Океан" (с кальмарами)	40	90.67
25-Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	180	84.31
25-Птица отварная	55	189.92
25-Макаронные изделия отварные с овощами	110	121.67
25-Кисель из ягод свежемороженых	180	54.06
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	20	38.96
ПОЛДНИК		
25-Компот из ягод замороженных	180	26.58
25-Булочка домашняя	50	196.09
УЖИН		
25-Кукуруза с яйцом	40	58.70
25-Рагу из овощей с мясом	150	166.31
25-Чай с лимоном	180	20.84
25-Плоды свежие	95	38.76
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1626.07 Ккал.

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	196.06
25-Кофейный напиток с молоком	200	67.44
25-Бутерброд с маслом и сыром	50/5/13	179.12
10 ЧАСОВ		
25-, Кисломолочный напиток 100/130	130	114.12
ОБЕД		
25-Салат "Океан" (с кальмарами)	60	135.65
25-Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом	200	91.54
25-Птица отварная	70	238.96
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	160.79
25-Кисель из ягод свежемороженых	200	67.70
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	38.12
ПОЛДНИК		
25-Компот из ягод замороженных	200	30.95
25-Булочка домашняя	60	226.92
УЖИН		
25-Кукуруза с яйцом	60	83.20
25-Рагу из овощей с мясом	200	222.64
25-Чай с лимоном	200	24.89
25-Плоды свежие	100	42.41
25-Хлеб пшеничный	25	59.61
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 2075.70 Ккал.