

Меню

3 февраля 2025г.

Ясли

Д/с

| Наименование блюд                                          | Выход блюд |            |
|------------------------------------------------------------|------------|------------|
|                                                            | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| ЗАВТРАК                                                    |            |            |
| Яйцо вареное                                               | 40         | 62.84      |
| Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая                  | 150        | 157.08     |
| Кофейный напиток без молока                                | 170        | 41.20      |
| Хлеб пшеничный                                             | 30         | 71.19      |
| 10 ЧАСОВ                                                   |            |            |
| Апельсины                                                  | 227        | 81.86      |
| ОБЕД                                                       |            |            |
| Салат из консервированных огурцов с луком                  | 40         | 23.63      |
| Суп из овощей                                              | 150        | 61.82      |
| Набор мясных продуктов для супов                           | 5          | 30.51      |
| Сметана 15%                                                | 10         | 16.62      |
| Плов из свинины                                            | 40/130     | 407.08     |
| Компот из свежих фруктов с сухой витаминизированной смесью | 150        | 43.04      |
| Хлеб ржаной                                                | 40         | 77.92      |
| ПОЛДНИК                                                    |            |            |
| Плюшка "Кемеровская"                                       | 40         | 141.07     |
| Варенец                                                    | 160        | 80.80      |
| УЖИН                                                       |            |            |
| Икра кабачковая консервированная                           | 40         | 15.36      |
| Картофель тушеный                                          | 180        | 232.70     |
| Чай с сахаром                                              | 150        | 32.00      |
| Хлеб пшеничный                                             | 30         | 71.19      |

Итого калорийность: 1647.91 Ккал.

Меню

3 февраля 2025г.

Д/с

| Наименование блюд                                          | Выход блюд |            |
|------------------------------------------------------------|------------|------------|
|                                                            | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| ЗАВТРАК                                                    |            |            |
| Яйцо вареное                                               | 40         | 62.84      |
| Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая                  | 200        | 214.75     |
| Кофейный напиток без молока                                | 210        | 42.13      |
| Хлеб пшеничный                                             | 40         | 85.14      |
| 10 ЧАСОВ                                                   |            |            |
| Апельсины                                                  | 227        | 81.88      |
| ОБЕД                                                       |            |            |
| Салат из консервированных огурцов с луком                  | 60         | 34.77      |
| Суп из овощей                                              | 200        | 81.83      |
| Набор мясных продуктов для супов                           | 10         | 47.98      |
| Сметана 15%                                                | 10         | 16.27      |
| Плов из свинины                                            | 50/160     | 505.53     |
| Компот из свежих фруктов с сухой витаминизированной смесью | 200        | 54.12      |
| Хлеб ржаной                                                | 50         | 89.96      |
| ПОЛДНИК                                                    |            |            |
| Плюшка "Кемеровская"                                       | 50         | 170.86     |
| Варенец                                                    | 200        | 103.71     |
| УЖИН                                                       |            |            |
| Икра кабачковая консервированная                           | 60         | 23.73      |
| Картофель тушеный                                          | 180        | 232.95     |
| Чай с сахаром                                              | 200        | 40.11      |
| Хлеб пшеничный                                             | 40         | 94.92      |

Итого калорийность: 1983.48 Ккал.