

Меню

10 Марта 2025г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	354	346.01
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	132.02
25-Кофейный напиток с молоком	180	61.27
25-Бутерброд с маслом и сыром	30/5/9	152.72
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	100	56.4
25-Кисломолочный напиток 100/130	100	56.40
ОБЕД	600	537.58
25-Салат "Океан" (с кальмарами)	40	90.67
25-Борщ с капустой свежей со сметаной, с	180	82.23
25-Птица отварная	55	111.71
25-Макаронные изделия отварные с овощами	110	123.10
25-Кисель из ягод свежемороженых	180	55.75
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	20	38.96
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	230	233.5
25-Компот из ягод замороженных	180	28.49
25-Булочка домашняя	50	205.01
УЖИН	505	370.85
25-Кукуруза с яйцом	40	42.68
25-Рагу из овощей с мясом	150	179.26
25-Чай с лимоном	180	20.89
25-Фрукты свежие	95	42.18
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1544.34 Ккал.

Меню

10 Марта 2025г. Детсад

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	453	472.4
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	201.54
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.36
25-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/13	204.50
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	73.32
25-Кисломолочный напиток 100/130	130	73.32
ОБЕД	725	699.23
25-Салат "Океан" (с кальмарами)	60	136.50
25-Борщ с капустой свежей со сметаной, с	200	91.21
25-Птица отварная	70	141.61
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	165.52
25-Кисель из ягод свежемороженых	200	68.81
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	48.70
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	260	280.9
25-Компот из ягод замороженных	200	33.43
25-Булочка домашняя	60	247.47
УЖИН	610	477.87
25-Кукуруза с яйцом	60	59.84
25-Рагу из овощей с мясом	200	241.27
25-Чай с лимоном	200	25.06
25-Фрукты свежие	100	44.40
25-Хлеб пшеничный	25	58.60
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 2003.72 Ккал.