

Заведующая Казарова В.О.

Меню

12 Марта 2025г.

Наименование блюд

Вес, гр. / Калор, Ккал.

Ясли Детсад

ЗАВТРАК

25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130/132	200/200
25-Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
25-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9/153	50/5/13/208

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

25-Кисломолочный напиток 100/130	100/56	130/71
25-Кисломолочный напиток 100/130		130/73

обед

25-Салат "Океан" (с кальмарами)	40/91	60/136
25-Борщ с капустой свежей со сметаной, с	180/88	200/97
25-Птица отварная	55/178	70/225
25-Макаронные изделия отварные с овощами	110/123	150/163
25-Кисель из ягод свежемороженных	180/56	200/68

25-Хлеб пшеничный

25-Хлеб ржаной

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

25-Компот из ягод замороженных	180/28	200/33
25-Булочка домашняя	50/205	60/247

УЖИН

25-Кукуруза с яйцом	40/43	60/60
25-Рагу из овощей с мясом	150/183	200/246
25-Чай с лимоном	180/21	200/25
25-Плоды свежие	95/80	100/84
25-Хлеб пшеничный	20/47	25/57
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49

Итого калорийность: 1656.74 2201.57

Заведующая Казарова В.О.

Меню

13 Марта 2025г.

Наименование блюд

Вес, гр. / Калор, Ккал.

Ясли Детсад

ЗАВТРАК

25-Омлет натуральный	150/200	150/200
25-Зеленый горошек или кукуруза консервы	40/16	50/20
25-Какао с молоком	180/94	200/104
25-Хлеб пшеничный	20/47	40/94

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

25-Молоко кипяченое 100/130	100/59	130/80
-----------------------------	--------	--------

обед

25-Овощи натуральные соленные или свежие	30/6	50/10
25-Суп - уха с рыбой	180/102	180/100
25-Печень говяжья по-строгановски	60/145	70/171
25-Картофельное пюре	120/109	150/138
25-Лимонный напиток	180/62	200/70

25-Хлеб пшеничный

25-Хлеб ржаной

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

25-Кисломолочный напиток 180/200	180/92	200/102
25-Кондитерские изделия	30/135	55/248

УЖИН

25-Сырники из творога	150/339	200/455
25-Молоко стуженное	10/29	15/46
25-Плоды свежие	95/36	100/38
25-Чай с молоком	180/34	200/39

Итого калорийность: 1617.39 2057.17