

Меню 1 апреля 2024г. **Ясли**

Меню 1 апреля 2024г. **Д/С**

Наименование блюда	№ 139	Выход блюда	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК				
Яйцо вареное	40		62.84	
Паста с овощами	150		186.75	
Кофейный напиток без молока	150		41.20	
Хлеб пшеничный	20		46.88	
10 ч				
Сок фруктовый 0,2	200		86.60	
ОБЕД				
Суп картофельный с рыбными	180		38.86	
Зразы мясные в томатной зал	60/40		196.36	
Каша перловая с овощами	120		113.91	
Компот из изюма	150		60.82	
Хлеб ржаной	40		77.92	
ПОЛДНИК				
Плюшка "Кемеровская"	40		143.39	
Кефир	173		128.43	
УЖИН				
Рагу из овощей с зеленым гор	180		211.36	
Чай полусладкий с молоком	150		30.29	
Хлеб пшеничный	30		70.32	

Итого калорийность: 1495.93 Ккал.

Наименование блюда	№ 139	Выход блюда	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК				
Яйцо вареное	40		62.84	
Паста с овощами	200		248.99	
Кофейный напиток без молока	200		42.01	
Хлеб пшеничный	35		81.08	
10 ч				
Напиток витаминизированный	202		77.90	
ОБЕД				
Суп картофельный с рыбными	200		47.74	
Зразы мясные в томатной зал	70/30		222.19	
Каша перловая с овощами	150		145.08	
Компот из изюма	200		82.42	
Хлеб ржаной	50		96.45	
ПОЛДНИК				
Плюшка "Кемеровская"	50		163.98	
Кефир	205		152.36	
УЖИН				
Рагу из овощей с зеленым гор	240		287.38	
Чай полусладкий с молоком	210		48.95	
Хлеб пшеничный	40		93.76	

Итого калорийность: 1853.13 Ккал.