

Заведующая _____ Фролова Л.Г.

18 Октября 2024г.

Меню

Если

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК	380	287.44
Каша манная молочная	180	162.26
Бутерброд с маслом	40	33.05
Какао с молоком 2	160	92.13
10 ЧАСОВ	115	109.4
Печенье	15	65.37
Сок	100	44.03
ОБЕД	540	400.33
Суп картофельный с бобовыми	150	84.46
Каша гречневая с маслом	110	147.32
Рыба припущенная	60	63.14
Кисель из плодового или ягодного	180	20.75
концентрата		
Хлеб ржаной	40	84.66
ПОЛДНИК	160	69.05
Яблоки	160	69.05
УЖИН	385	376.13
Омлет натуральный	95	169.88
салат из свеклы (вечер)	70	87.06
Чай с сахаром2	180	20.02
Хлеб пшеничный	40	99.17

Итого калорийность: 1242.35 Ккал.

Заведующая _____ Фролова Л.Г.

18 Октября 2024г.

Меню

Сад

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК	425	344.35
Каша манная молочная	200	190.36
Бутерброд с маслом	45	39.65
Какао с молоком 2	180	114.34
10 ЧАСОВ	115	106.94
Печенье	15	65.37
Сок	100	41.57
ОБЕД	640	485.12
Суп картофельный с бобовыми	200	108.43
Каша гречневая с маслом	130	197.31
Рыба припущенная	80	58.77
Кисель из плодового или ягодного	180	26.07
концентрата		
Хлеб ржаной	50	94.54
ПОЛДНИК	180	52.8
Яблоки	180	52.80
УЖИН	418.53	406.15
Омлет натуральный	100	185.31
салат из свеклы (вечер)	70	87.06
Чай с сахаром2	200	20.03
Хлеб пшеничный	48.53	113.75

Итого калорийность: 1395.36 Ккал.