

Заведующая _____ Фролова Л.Г.

ФРОЛОВА
ЛАРИСА
ГРИГОРЬЕ
ВНА

14 Октября 2024г.

Меню

Если

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК	360	313.86
Каша гречневая на молоке	160	171.41
Бутерброд с маслом и сыром	40	49.84
Какао с молоком 2	160	92.61
10 ЧАСОВ	100	61.86
Кефир	100	61.86
ОБЕД	595	511.25
Салат из зеленого горошка	45	42.97
Щи из свежей капусты с картофелем	150	102.37
Плов из курицы	180	269.06
Компот из смеси сухофруктов	180	20.82
Хлеб ржаной	40	76.03
ПОЛДНИК	195	312.97
Ватрушка с повидлом	45	244.58
Сок	150	68.39
УЖИН	320	385.81
Лакомка из творога	90	210.48
Молоко сгущеное	20	72.14
Чай с сахаром2	180	20.02
Хлеб пшеничный	30	83.17

Итого калорийность: 1585.75 Ккал.

Заведующая _____ Фролова Л.Г.

ФРОЛОВА
ЛАРИСА
ГРИГОРЬЕ
ВНА

14 Октября 2024г.

Меню

Сад

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК	405	382.97
Каша гречневая на молоке	180	205.44
Бутерброд с маслом и сыром	45	66.48
Какао с молоком 2	180	111.05
10 ЧАСОВ	100	57.98
Кефир	100	57.98
ОБЕД	700	641.75
Салат из зеленого горошка	50	50.49
Щи из свежей капусты с картофелем	200	107.24
Плов из курицы	200	364.92
Компот из смеси сухофруктов	200	28.99
Хлеб ржаной	50	90.11
ПОЛДНИК	210	307.23
Ватрушка с повидлом	60	243.83
Сок	150	63.40
УЖИН	360	436.7
Лакомка из творога	100	257.59
Молоко сгущеное	20	62.69
Чай с сахаром2	200	20.03
Хлеб пшеничный	40	96.39

Итого калорийность: 1826.63 Ккал.