Меню

20 Мая 2025г.

Ясли

Меню

20 Мая 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	306	33.07	258.93
н Омлет натуральный	130	17.87	134.92
Батон нарезной с маслом	20/6	6.25	39.65
*Какао с молоком	150	8.95	84.36
10 ЧАСОВ	126	10.88	118.31
Печенье	12	1.54	54.10
Кефир	114	9.34	64.21
ОБЕД	515	43.8	428.77
н Салат из репчатого лука	20	1.44	27.40
н Суп картофельный с клецка	150	8.35	92.89
н Котлета из свинины	50	16.45	137.97
н Капуста тушеная	111	10.79	71.86
Компот из свежих яблок	150	4.41	32.22
н Хлеб ржаной	34	2.36	66.43
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	390	44.87	337.6
н Винегрет овощной	40	5.52	41.72
н Суфле из кур	60	23.61	185.90
Чай с сахаром	150	0.59	20.02
н Хлеб пшеничный	20	1.35	46.88
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 132.62 1143.61

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	366	46.25	357.68
н Омлет натуральный	150	29.01	219.92
Батон нарезной с маслом	30/6	7.36	39.65
*Какао с молоком	180	9.88	98.11
10 ЧАСОВ	149	13.34	178.77
Печенье	24	3.09	108.28
Кефир	125	10.25	70.49
ОБЕД	630	58.42	577
н Салат из репчатого лука	30	2.15	41.93
н Суп картофельный с клецка	180	11.56	133.05
н Котлета из свинины	70	24.05	195.10
н Капуста тушеная	130	12.52	86.34
Компот из свежих яблок	180	5.38	42.66
н Хлеб ржаной	40	2.76	77.92
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	459	52.11	427.25
н Винегрет овощной	60	8.34	63.59
н Суфле из кур	70	27.15	224.12
Чай с сахаром	180	0.86	28.04
н Хлеб пшеничный	29	1.96	68.42
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 170.12 1540.70

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Меню

20 Мая 2025г.

Ясли

Меню

20 Мая 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	306	33.07	258.93
н Омлет натуральный	130	17.87	134.92
Батон нарезной с маслом	20/6	6.25	39.65
*Какао с молоком	150	8.95	84.36
10 ЧАСОВ	126	10.88	118.31
Печенье	12	1.54	54.10
Кефир	114	9.34	64.21
ОБЕД	515	43.8	428.77
н Салат из репчатого лука	20	1.44	27.40
н Суп картофельный с клецка	150	8.35	92.89
н Котлета из свинины	50	16.45	137.97
н Капуста тушеная	111	10.79	71.86
Компот из свежих яблок	150	4.41	32.22
н Хлеб ржаной	34	2.36	66.43
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	390	44.87	337.6
н Винегрет овощной	40	5.52	41.72
н Суфле из кур	60	23.61	185.90
Чай с сахаром	150	0.59	20.02
н Хлеб пшеничный	20	1.35	46.88
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 132.62 1143.61

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	366	46.25	357.68
н Омлет натуральный	150	29.01	219.92
Батон нарезной с маслом	30/6	7.36	39.65
*Какао с молоком	180	9.88	98.11
10 ЧАСОВ	149	13.34	178.77
Печенье	24	3.09	108.28
Кефир	125	10.25	70.49
ОБЕД	630	58.42	577
н Салат из репчатого лука	30	2.15	41.93
н Суп картофельный с клецка	180	11.56	133.05
н Котлета из свинины	70	24.05	195.10
н Капуста тушеная	130	12.52	86.34
Компот из свежих яблок	180	5.38	42.66
н Хлеб ржаной	40	2.76	77.92
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	459	52.11	427.25
н Винегрет овощной	60	8.34	63.59
н Суфле из кур	70	27.15	224.12
Чай с сахаром	180	0.86	28.04
н Хлеб пшеничный	29	1.96	68.42
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 170.12 1540.70

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Меню

20 Мая 2025г.

Ясли

Меню

20 Мая 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	306	33.07	258.93
н Омлет натуральный	130	17.87	134.92
Батон нарезной с маслом	20/6	6.25	39.65
*Какао с молоком	150	8.95	84.36
10 ЧАСОВ	126	10.88	118.31
Печенье	12	1.54	54.10
Кефир	114	9.34	64.21
ОБЕД	515	43.8	428.77
н Салат из репчатого лука	20	1.44	27.40
н Суп картофельный с клецка	150	8.35	92.89
н Котлета из свинины	50	16.45	137.97
н Капуста тушеная	111	10.79	71.86
Компот из свежих яблок	150	4.41	32.22
н Хлеб ржаной	34	2.36	66.43
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	390	44.87	337.6
н Винегрет овощной	40	5.52	41.72
н Суфле из кур	60	23.61	185.90
Чай с сахаром	150	0.59	20.02
н Хлеб пшеничный	20	1.35	46.88
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 132.62 1143.61

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	366	46.25	357.68
н Омлет натуральный	150	29.01	219.92
Батон нарезной с маслом	30/6	7.36	39.65
*Какао с молоком	180	9.88	98.11
10 ЧАСОВ	149	13.34	178.77
Печенье	24	3.09	108.28
Кефир	125	10.25	70.49
ОБЕД	630	58.42	577
н Салат из репчатого лука	30	2.15	41.93
н Суп картофельный с клецка	180	11.56	133.05
н Котлета из свинины	70	24.05	195.10
н Капуста тушеная	130	12.52	86.34
Компот из свежих яблок	180	5.38	42.66
н Хлеб ржаной	40	2.76	77.92
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	459	52.11	427.25
н Винегрет овощной	60	8.34	63.59
н Суфле из кур	70	27.15	224.12
Чай с сахаром	180	0.86	28.04
н Хлеб пшеничный	29	1.96	68.42
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 170.12 1540.70

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Меню

20 Мая 2025г.

Ясли

Меню

20 Мая 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	306	33.07	258.93
н Омлет натуральный	130	17.87	134.92
Батон нарезной с маслом	20/6	6.25	39.65
*Какао с молоком	150	8.95	84.36
10 ЧАСОВ	126	10.88	118.31
Печенье	12	1.54	54.10
Кефир	114	9.34	64.21
ОБЕД	515	43.8	428.77
н Салат из репчатого лука	20	1.44	27.40
н Суп картофельный с клецка	150	8.35	92.89
н Котлета из свинины	50	16.45	137.97
н Капуста тушеная	111	10.79	71.86
Компот из свежих яблок	150	4.41	32.22
н Хлеб ржаной	34	2.36	66.43
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	390	44.87	337.6
н Винегрет овощной	40	5.52	41.72
н Суфле из кур	60	23.61	185.90
Чай с сахаром	150	0.59	20.02
н Хлеб пшеничный	20	1.35	46.88
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 132.62 1143.61

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	366	46.25	357.68
н Омлет натуральный	150	29.01	219.92
Батон нарезной с маслом	30/6	7.36	39.65
*Какао с молоком	180	9.88	98.11
10 ЧАСОВ	149	13.34	178.77
Печенье	24	3.09	108.28
Кефир	125	10.25	70.49
ОБЕД	630	58.42	577
н Салат из репчатого лука	30	2.15	41.93
н Суп картофельный с клецка	180	11.56	133.05
н Котлета из свинины	70	24.05	195.10
н Капуста тушеная	130	12.52	86.34
Компот из свежих яблок	180	5.38	42.66
н Хлеб ржаной	40	2.76	77.92
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	459	52.11	427.25
н Винегрет овощной	60	8.34	63.59
н Суфле из кур	70	27.15	224.12
Чай с сахаром	180	0.86	28.04
н Хлеб пшеничный	29	1.96	68.42
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 170.12 1540.70

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Меню

20 Мая 2025г.

Ясли

Меню

20 Мая 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	306	33.07	258.93
н Омлет натуральный	130	17.87	134.92
Батон нарезной с маслом	20/6	6.25	39.65
*Какао с молоком	150	8.95	84.36
10 ЧАСОВ	126	10.88	118.31
Печенье	12	1.54	54.10
Кефир	114	9.34	64.21
ОБЕД	515	43.8	428.77
н Салат из репчатого лука	20	1.44	27.40
н Суп картофельный с клецка	150	8.35	92.89
н Котлета из свинины	50	16.45	137.97
н Капуста тушеная	111	10.79	71.86
Компот из свежих яблок	150	4.41	32.22
н Хлеб ржаной	34	2.36	66.43
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	390	44.87	337.6
н Винегрет овощной	40	5.52	41.72
н Суфле из кур	60	23.61	185.90
Чай с сахаром	150	0.59	20.02
н Хлеб пшеничный	20	1.35	46.88
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 132.62 1143.61

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	366	46.25	357.68
н Омлет натуральный	150	29.01	219.92
Батон нарезной с маслом	30/6	7.36	39.65
*Какао с молоком	180	9.88	98.11
10 ЧАСОВ	149	13.34	178.77
Печенье	24	3.09	108.28
Кефир	125	10.25	70.49
ОБЕД	630	58.42	577
н Салат из репчатого лука	30	2.15	41.93
н Суп картофельный с клецка	180	11.56	133.05
н Котлета из свинины	70	24.05	195.10
н Капуста тушеная	130	12.52	86.34
Компот из свежих яблок	180	5.38	42.66
н Хлеб ржаной	40	2.76	77.92
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	459	52.11	427.25
н Винегрет овощной	60	8.34	63.59
н Суфле из кур	70	27.15	224.12
Чай с сахаром	180	0.86	28.04
н Хлеб пшеничный	29	1.96	68.42
Яблоко	120	13.80	43.08

Итого: 170.12 1540.70

Рекомендации на ужин: блюда из рыбы