

МЕНЮ «13» НОЯБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3	Каша вязкая на молоке Дружба	200	201
	Кофейный напиток с молоком	180	71
Завтрак	Яйцо вареное	40	63
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	465	460,8
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	44,8
	итого	180	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	50	52,77
	Суп картофельный мясной с крупой	200	87,2
	Рулет мясной с яйцом	80	143,8
	Пюре картофельное с маслом	150	163,4
	Компот из яблок	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	488,97
	Кисломолочный напиток /кефир /	200	90
Полдник	Вафли	20	106
	Яблоко	100	46,9
	Итого:	320	242,9
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	165
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	440	298,06
Вода питьевая детская на весь день	150	0	
Итого за третий день		2135	1535,53

МЕНЮ «13» НОЯБРЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3	Каша вязкая на молоке Дружба	180	150,7
	Кофейный напиток с молоком	150	55,83
Завтрак	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	302,73
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	44,8
	итого	150	44,8
Обед	Салат с квашеной капусты	40	42,21
	Суп картофельный с мясом с крупой	180	78,48
	Рулет мясной с яйцом	60	107,85
	Пюре картофельное с маслом	120	130,72
	Компот из яблок	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	590	461,46
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	75
Полдник	Печенье	12	48,84
	Яблоко	95	44,55
	Итого:	287	168,39
Ужин	Капуста тушеная с мясом	150	143
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	360	244,7
Вода питьевая детская на весь день	150	0	
Итого за третий день		1751	1222,08