

МЕНЮ «01» ОКТЯБРЯ 2024г 2023г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	175	202
	Какао с молоком	180	87
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>414,8</b>
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	44,8
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>44,8</b>
Обед	Суп картофельный рыбный	200	109
	Руллет рыбный с луком и яйцом	70	163,8
	Каша гречневая рассыпчатая	150	136,53
	Компот из изюма и кураги	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>563,83</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	200	90
	Пряник	50	106,6
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>196,6</b>
Ужин	Запеканка из творога	170	212
	Соус сметанный	30	40
	Хлеб пшеничный	40	100
	Чай с сахаром	200	33,06
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>385,06</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за второй день</b>	<b>1940</b>	<b>1605,09</b>

МЕНЮ «01» ОКТЯБРЯ 2024г ЯСЛИ				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
День 2				
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	150	170	
	Какао с молоком	180	70	
	Бутерброд с маслом	34	96,2	
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>336,2</b>	
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	44,8	
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>44,8</b>	
Обед	Суп картофельный рыбный	150	87,75	
	Руллет рыбный с луком и яйцом	60	107,85	
	Каша гречневая рассыпчатая	120	101,45	
	Компот из изюма и кураги	150	55	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2	
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>427,25</b>	
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	75	
	Печенье	20	48,84	
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>123,84</b>	
Ужин	Запеканка из творога	150	152	
	Соус сметанный	20	30	
	Хлеб пшеничный	30	80	
	Чай с сахаром	180	21,7	
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>283,7</b>	
	Вода питьевая детская на весь день	150	0	
	<b>Итого за второй день</b>	<b>1614</b>	<b>1215,79</b>	