

МЕНЮ «02» ОКТЯБРЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	160
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	323,2
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	44,8
	итого	150	44,8
Обед	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Суфле из печени	60	84,56
	Макароны отварные с маслом	120	110,4
	Компот из яблок	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	520	413,27
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	75
	Печенье	20	48,84
	Итого:	200	123,84
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	129,16
	Сельдь кусочком	30	28,8
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	44
	Итого:	485	303,66
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	1719	1208,77

МЕНЮ «02» ОКТЯБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	180	197
	Кофейный напиток с молоком	180	71
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	405	393,8
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	44,8
	итого	180	44,8
Обед	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	145
	Суфле из печени	80	115,31
	Макароны отварные с маслом	150	138
	Компот из яблок	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	680	527,31
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	200	90
	Пряник	50	106,6
	Итого:	250	196,6
Ужин	Картофель отварной с маслом	180	155
	Сельдь кусочком	50	36
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	45
	Итого:	570	369,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	2085	1531,57