

МЕНЮ «03» ОКТЯБРЯ 2025г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшенная молочная	150	125
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого	384	291,5
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
Обед	Борщ с капустой,с мясом и со сметаной	150	120,3
	Биточки мясные	50	116
	Греча отварная рассыпчатая	120	115
	Компот из слив	180	45
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	471,5
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
Полдник	Хлеб пшеничный	30	70
	Яблоко	95	50
	Итого:	275	195
	Салат картофельный с зеленым горошком	160	190,4
Ужин	Чай с сахаром	180	21,7
	Булочка с сыром	60	143,14
	Итого:	400	355,24
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	1749	1381,24

МЕНЮ «03» ОКТЯБРЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая пшенная молочная	200	155
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого	465	375,36
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	итого	180	85
Обед	Борщ с капустой,с мясом и со сметаной	200	160
	Биточки мясные	70	155
	Греча отварная рассыпчатая	150	128
	Компот из слив	200	65
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	670	602
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
Полдник	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Яблоко	100	70
	Итого:	320	255,8
	Салат картофельный с зеленым горошком	200	216
Ужин	Чай с сахаром	200	33,06
	Булочка с сыром	80	185,3
	Итого:	480	434,36
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2115	1752,52

