

МЕНЮ «04» ОКТЯБРЯ 2024г. ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход д блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	177
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	340,2
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	44,8
	Итого	150	44,8
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	93,9
	Рулет мясной	60	127
	Греча отварная рассыпчатая	120	93
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	481,66
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	170	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	200	155
Ужин	Салат картофельный	150	190,4
	Чай с сахаром	180	21,7
	Ватрушка с повидлом	60	123,14
	Яблоко	95	44
	Итого:	485	379,24
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	1759	1400,9

МЕНЮ «04» ОКТЯБРЯ 2024г. САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	170	202
	Кофейный напиток с молоком	200	71
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	415	398,8
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	44,8
	итого	180	44,8
Обед	Салат из свеклы	60	46,95
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	125,2
	Рулет мясной	70	163,8
	Греча отварная рассыпчатая	150	128
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	618,45
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	200	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	240	190
Ужин	Салат картофельный	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с повидлом	80	175,3
	Яблоко	100	45
	Итого:	580	469,36
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2145	1721,41