

## 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
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>340,2</b>
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	44,8
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>44,8</b>
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
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>481,66</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	170	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>155</b>
Ужин	Салат картофельный	150	190,4
	Чай с сахаром	180	21,7
	Ватрушка с повидлом	60	123,14
	Яблоко	95	44
	<b>Итого:</b>	<b>485</b>	<b>379,24</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за пятый день</b>	<b>1759</b>	<b>1400,9</b>

## 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
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>398,8</b>
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	44,8
	<b>итого</b>	<b>180</b>	<b>44,8</b>
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
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>618,45</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	200	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	<b>Итого:</b>	<b>240</b>	<b>190</b>
Ужин	Салат картофельный	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с повидлом	80	175,3
	Яблоко	100	45
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>469,36</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за пятый день</b>	<b>2145</b>	<b>1721,41</b>