

МЕНЮ «04» ДЕКАБРЯ 2024г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Вых	Энергет
День 8		од блю да	ическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150	173
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	346,2
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	27
	Итого	150	27
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп картофельный с крупой	150	81,75
	Котлета мясная	50	96,28
	Рис отварной	120	166,6
	Компот из яблок	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	484,39
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Апельсин	95	70
	Итого:	257	193,84
Ужин	Рагу овощное	150	113,2
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
	Хлеб пшеничный	30	80
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	380	246,4
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	1701	1297,83

МЕНЮ «04» ДЕКАБРЯ 2024г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Энергет
День 8		блюда	ическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	180	192
	Чай с молоком	180	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	405	410,86
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	35
	Итого	180	35
Обед	Салат из свеклы	50	46,95
	Суп картофельный с крупой	200	109
	Котлета мясная	70	125
	Рис отварной	150	208,4
	Компот из яблок	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	618,35
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Пряник	20	106,6
	Апельсин	100	80
	Итого:	300	276,6
Ужин	Рагу овощное	200	124,44
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	50	100
	Итого:	470	289
		Вода питьевая детская на весь день	150
	Итого за восьмой день	2075	1629,81

