

МЕНЮ «05» АПРЕЛЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	170	212
	Соус сметанный	30	45
	Чай с молоком	200	77
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого	465	491,3
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Апельсин	100	50
	итого	200	94,8
Обед	Салат из отварной моркови с зел. горошком	50	57
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	121,2
	Мясо птицы в сметанном соусе	70	148,7
	Картофель отварной	150	155
	Компот из яблок	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	610,9
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	220	190
Ужин	Каша гречневая молочная	180	193
	Чай с сахаром	200	33,06
	Сдоба обыкновенная	80	182
	Итого:	460	408,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	2065	1795,06

МЕНЮ «05» АПРЕЛЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	150	143,3
	Соус сметанный	20	30
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого	404	378
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Апельсин	95	48
	итого	195	92,8
Обед	Салат из отварной моркови с зел. горошком	40	42,75
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	150	90,9
	Мясо птицы в сметанном соусе	50	118
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из яблок	180	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	580	483,01
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	180	155
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	150	169
	Чай с сахаром	180	21,7
	Сдоба обыкновенная	60	145
	Итого:	390	335,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	1749	1444,51