

МЕНЮ «06» ИЮНЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	150	123,3
	Соус сметанный	20	25
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого	384	283,3
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
Обед	Салат из моркови	40	42,75
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	150	100,9
	Котлета мясная	60	110,8
	Греча отварная рассыпчатая	120	129,16
	Компот из яблок	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	485,81
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
Полдник	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	60
	Итого:	275	215
	Каша гречневая рассыпчатая	130	142
Ужин	Огурец свежий кусочком	30	45
	Чай с сахаром	180	21,7
	Булочка домашняя	60	145
	Итого:	400	353,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	1769	1405,81

МЕНЮ «06» ИЮНЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	170	145
	Соус сметанный	30	35
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого	445	368,86
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	180	85
Обед	Салат из моркови	60	57
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	121,2
	Котлета мясная	70	125
	Картофель отварной	150	155
	Компот из яблок	200	45
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	597,2
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
Полдник	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	70
	Итого:	320	260
	Каша гречневая рассыпчатая	160	165
Ужин	Огурец свежий кусочком	40	55
	Чай с сахаром	200	33,06
	Булочка домашняя	80	195
	Итого:	480	448,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	2155	1759,12