

| МЕНЮ « 09» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ |  |                                |                                |
|------------------------------|--|--------------------------------|--------------------------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда                                   | Выход блюда                    | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 4                       |  |                                |                                |
| <b>Завтрак</b>               | Каша вязкая пшеничная молочная                       | 150                            | 159,75                         |
|                              | Кофейный напиток с молоком                           | 180                            | 67                             |
|                              | Бутерброд с маслом                                   | 34                             | 96,2                           |
|                              | <b>Итого</b>   | <b>364</b>                     | <b>322,95</b>                  |
| <b>Второй завтрак</b>        | Напиток из ягод                                      | 150                            | 27                             |
|                              | <b>Итого</b>   | <b>150</b>                     | <b>27</b>                      |
| <b>Обед</b>                  | Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной | 150                            | 116                            |
|                              | Печень говяжья по-строгановски                       | 50                             | 96,82                          |
|                              | Рис отварной   | 120                            | 166,6                          |
|                              | Компот из яблок                                      | 180                            | 35                             |
|                              | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 40                             | 75,2                           |
|                              | <b>Итого:</b>  | <b>540</b>                     | <b>489,62</b>                  |
|                              | <b>Полдник</b>                                       | Кисломолочный напиток /кефир / | 150                            |
| Печенье                      |  | 12                             | 48,84                          |
| Яблоко                       |  | 95                             | 44                             |
| <b>Итого:</b>                |  | <b>257</b>                     | <b>167,84</b>                  |
| <b>Ужин</b>                  | Капуста тушеная                                      | 170                            | 265                            |
|                              | Чай с сахаром  | 180                            | 21,7                           |
|                              | Бутерброд с маслом                                   | 34                             | 96,2                           |
|                              | <b>Итого:</b>  | <b>384</b>                     | <b>382,9</b>                   |
|                              | Вода питьевая детская на весь день                   | 150                            | 0                              |

|                             | <b>Итого за четвертый день</b>                       | <b>1695</b>                    | <b>1390,31</b>                 |
|-----------------------------|--|--------------------------------|--------------------------------|
| МЕНЮ « 09» ЯНВАРЯ 2025г САД |  |                                |                                |
| Прием пищи                  | Наименование блюда                                   | Выход блюда                    | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 4                      |  |                                |                                |
| <b>Завтрак</b>              | Каша вязкая пшеничная молочная                       | 200                            | 197                            |
|                             | Кофейный напиток с молоком                           | 200                            | 71                             |
|                             | Бутерброд с маслом                                   | 45                             | 125,8                          |
|                             | <b>Итого</b>   | <b>445</b>                     | <b>393,8</b>                   |
| <b>Второй завтрак</b>       | Напиток из ягод                                      | 180                            | 35                             |
|                             | <b>Итого</b>   | <b>180</b>                     | <b>35</b>                      |
| <b>Обед</b>                 | Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной | 200                            | 145                            |
|                             | Печень говяжья по-строгановски                       | 70                             | 135,55                         |
|                             | Рис отварной   | 150                            | 208,4                          |
|                             | Компот из яблок                                      | 200                            | 40                             |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 50                             | 94                             |
|                             | <b>Итого:</b>  | <b>670</b>                     | <b>622,95</b>                  |
|                             | <b>Полдник</b>                                       | Кисломолочный напиток /кефир / | 180                            |
| Печенье                     |  | 20                             | 81,4                           |
| Яблоко                      |  | 100                            | 45                             |
| <b>Итого:</b>               |  | <b>300</b>                     | <b>216,4</b>                   |
| <b>Ужин</b>                 | Капуста тушеная                                      | 200                            | 280                            |
|                             | Чай с сахаром  | 200                            | 33,06                          |
|                             | Бутерброд с маслом                                   | 45                             | 125,8                          |
|                             | <b>Итого:</b>  | <b>445</b>                     | <b>438,86</b>                  |
|                             | Вода питьевая детская на весь день                   | 150                            | 0                              |

|                                       |             |                |
|---------------------------------------|-------------|----------------|
| день                                  |             |                |
| <b><i>Итого за четвертый день</i></b> | <b>2040</b> | <b>1707,01</b> |