

МЕНЮ «09» ОКТЯБРЯ 2024г ЯСЛИ

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюд | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|---|-------------|--------------------------------|
| День 8 | | | |
| Завтрак | Каша вязкая манная молочная | 150 | 173 |
| | Чай с молоком | 180 | 77 |
| | Бутерброд с маслом | 34 | 96,2 |
| | Яйцо отварное | 40 | 63 |
| | Итого | 404 | 409,2 |
| Второй завтрак | Напиток из ягод | 150 | 44,8 |
| | Итого | 150 | 44,8 |
| Обед | Салат из квашеной капусты | 40 | 42,21 |
| | Суп свекольник, с мясом и со сметаной | 150 | 116,11 |
| | Картофельная запеканка с отварным мясом | 160 | 210,64 |
| | Компот из яблок | 150 | 27 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 75,2 |
| | Итого: | 540 | 471,16 |
| Полдник | Кисломолочный напиток /кефир / | 150 | 75 |
| | Печенье | 12 | 48,84 |
| | Апельсин | 95 | 94,8 |
| | Итого: | 257 | 218,64 |
| Ужин | Капуста тушеная с мясом | 180 | 192,3 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 80 |
| | Чай с сахаром | 180 | 21,7 |
| | Итого: | 390 | 294 |
| | Вода питьевая детская на весь день | 150 | 0 |
| | Итого за восьмой день | 1741 | 1437,8 |

МЕНЮ «09» ОКТЯБРЯ 2024г САД

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|---|--------------------------------|--------------------------------|
| День 8 | | | |
| Завтрак | Каша вязкая манная молочная | 180 | 192 |
| | Чай с молоком | 180 | 93,06 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 125,8 |
| | Яйцо отварное | 40 | 63 |
| | Итого | 445 | 473,86 |
| Второй завтрак | Напиток из ягод | 180 | 44,8 |
| | Итого | 180 | 44,8 |
| Обед | Салат из квашеной капусты | 50 | 52,77 |
| | Суп свекольник, с мясом и со сметаной | 200 | 145 |
| | Картофельная запеканка с отварным мясом | 200 | 236,5 |
| | Компот из яблок | 200 | 35 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 94 |
| | Итого: | 700 | 563,27 |
| | Полдник | Кисломолочный напиток /кефир / | 180 |
| Вафли | | 20 | 81,4 |
| Апельсин | | 100 | 96,8 |
| Итого: | | 300 | 268,2 |
| Ужин | Капуста тушеная с мясом | 200 | 259 |
| | Чай с сахаром | 200 | 33,06 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 100 |
| | Итого: | 450 | 392,06 |
| | Вода питьевая детская на весь день | 150 | 0 |
| | Итого за восьмой день | 2075 | 1742,19 |

