

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
	<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>409,2</b>
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	44,8
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>44,8</b>
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
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>471,16</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Апельсин	95	94,8
	<b>Итого:</b>	<b>257</b>	<b>218,64</b>
Ужин	Капуста тушеная с мясом	180	192,3
	Хлеб пшеничный	30	80
	Чай с сахаром	180	21,7
	<b>Итого:</b>	<b>390</b>	<b>294</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за восьмой день</b>	<b>1741</b>	<b>1437,8</b>

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
	<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>473,86</b>
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	44,8
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>44,8</b>
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
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>563,27</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Вафли	20	81,4
	Апельсин	100	96,8
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>268,2</b>
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	259
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	50	100
	<b>Итого:</b>	<b>450</b>	<b>392,06</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за восьмой день</b>	<b>2075</b>	<b>1742,19</b>

