

МЕНЮ «10» ИЮНЯ 2024г . ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	140	160
	Кофейный напиток с молоком	150	67
	Бутерброд с маслом и сыром	40	115,16
	Итого	330	378,16
Второй завтрак	Напиток фруктовый	100	44,8
	Яблоко	95	44
	Итого	195	88,8
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	40	36
	Щи с капустой,с мясом и со сметаной	150	88,5
	Жаркое по-домашнему	150	230
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	530	484,7
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Итого:	162	123,84
Ужин	Пудинг пшеничный с повидлом	150	295,99
	Бутерброд с маслом	34	96,22
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	364	413,91
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за шестой день	1581	1489,41

МЕНЮ «10» ИЮНЯ 2024г . САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	160	202
	Кофейный напиток с молоком	180	71
	Бутерброд с маслом и сыром	52	189,9
	Итого	392	462,9
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	100	45
	Итого	200	89,8
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	60	48
	Щи с капустой,с мясом и со сметаной	200	118
	Жаркое по-домашнему	200	320
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	710	640,5
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Вафли	20	81,4
	Итого:	200	171,4
Ужин	Пудинг пшеничный с повидлом	200	394,66
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	445	553,52
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за шестой день	1947	1918,12