

МЕНЮ «10» ОКТЯБРЯ 2025г ЯСЛИ			
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	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	150	100,9
	Котлета мясная	60	110,8
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из ягод	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
Полдник	Итого:	520	443,06
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	70
Ужин	Апельсин	95	60
	Итого:	275	205
	Каша гречневая рассыпчатая	130	142
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Сдоба обыкновенная	60	169
	Итого:	410	395,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	1739	1395,06

МЕНЮ «10» ОКТЯБРЯ 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
Обед	Итого	180	85
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	121,2
	Котлета мясная	70	125
	Картофель отварной	150	155
	Компот из ягод	200	45
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
Полдник	Итого:	670	540,2
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Апельсин	100	70
Ужин	Итого:	320	255,8
	Каша гречневая рассыпчатая	160	165
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Сдоба обыкновенная	80	214
	Итого:	480	475,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
Итого за десятый день	2095	1724,12	