

МЕНЮ «12» СЕНТЯБРЯ 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
	<b>Итого</b>	<b>384</b>	<b>283,3</b>
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>68</b>
Обед	Салат из свеклы	40	42,75
	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
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>485,81</b>
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Хлеб пшеничный		30	80
Яблоко		95	60
<b>Итого:</b>		<b>275</b>	<b>215</b>
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	130	142
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
	Чай с сахаром	180	21,7
	Пирожок печеный с капустой	60	145
	<b>Итого:</b>	<b>390</b>	<b>340,2</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за десятый день</b>	<b>1759</b>	<b>1392,31</b>

МЕНЮ «12» СЕНТЯБРЯ 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
	<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>368,86</b>
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>85</b>
Обед	Салат из свеклы	60	57
	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
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>597,2</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	70
Ужин	<b>Итого:</b>	<b>320</b>	<b>260</b>
	Каша гречневая рассыпчатая	160	165
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
	Чай с сахаром	200	33,06
	Пирожок печеный с капустой	80	195
	<b>Итого:</b>	<b>460</b>	<b>424,56</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
<b>Итого за десятый день</b>	<b>2135</b>	<b>1735,62</b>	