

МЕНЮ «13» ЯНВАРЯ 2025г. ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150	173
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	336,2
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	27
	Итого	150	27
Обед	Салат из горошка зеленого	30	26,2
	Суп молочный	150	117
	Жаркое по-домашнему	160	230
	Компот из фруктов	150	35
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	530	483,4
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Яблоко	95	44
	Итого:	257	167,84
Ужин	Пудинг из творога	160	143,3
	Соус сметанный	20	30
	Хлеб пшеничный	30	80
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	390	275
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за шестой день	1691	1289,44

МЕНЮ «13» ЯНВАРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	200	192
	Кофейный напиток с молоком	200	77
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	445	394,8
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	34
	Итого	180	34
Обед	Салат из горошка зеленого	50	34,82
	Суп молочный	200	156
	Жаркое по-домашнему	200	320
	Компот из фруктов	200	45
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	649,82
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Печенье	20	81,4
	Яблоко	100	45
	Итого:	300	216,4
Ужин	Пудинг из творога	170	212
	Соус сметанный	30	45
	Хлеб пшеничный	40	100
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	440	390,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0

	<i>Итого за шестой день</i>	2065	1685,08
--	------------------------------------	-------------	----------------