

МЕНЮ «13» ЯНВАРЯ 2025г. ЯСЛИ

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

МЕНЮ «13» ЯНВАРЯ 2025г САД

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

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