

МЕНЮ «13» ЯНВАРЯ 2026г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	150	140
	Какао с молоком	180	50
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого:	364	260
Второй завтрак	Сок	150	70
	Итого:	150	70
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	150	102
	Голубцы ленивые с мясом	160	220
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	489,76
Полдник	Кисломолочный напиток / кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	70
	Фрукт	95	50
	Итого:	275	195
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	129,16
	Огурец соленый кусочком	30	38,8
	Ватрушка с повидлом	60	160,88
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	420	350,54
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	1749	1365,3

МЕНЮ «13» ЯНВАРЯ 2026г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	200	180
	Какао с молоком	200	70
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого:	445	345,8
Второй завтрак	Сок	180	90
	Итого:	180	90
Обед	Салат из свеклы	50	46,95
	Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	200	125
	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	625,45
Полдник	Кисломолочный напиток / кефир	180	90
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Фрукт	100	70
	Итого:	320	255,8
Ужин	Картофель отварной с маслом	180	165
	Огурец соленый кусочком	50	46
	Ватрушка с повидлом	80	185,65
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	510	429,71
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	2155	1746,76