

МЕНЮ «13» МАРТА 2025г ЯСЛИ

| Прием пищи            | Наименование блюда                                | Выход блюда                    | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|
| <b>День 9</b>         |   |                                |                                |
| <b>Завтрак</b>        | Каша вязкая молочная дружба                       | 150                            | 140                            |
|                       | Кофейный напиток с молоком                        | 180                            | 45                             |
|                       | Бутерброд с маслом и сыром                        | 40                             | 90                             |
|                       | <b>Итого</b>                                      | <b>370</b>                     | <b>275</b>                     |
| <b>Второй завтрак</b> | Сок   | 150                            | 70                             |
|                       | <b>Итого</b>                                      | <b>150</b>                     | <b>70</b>                      |
| <b>Обед</b>           | Салат из квашеной капусты                         | 40                             | 42,21                          |
|                       | Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом | 150                            | 100,9                          |
|                       | Картофельная запеканка с отварным мясом           | 160                            | 210,64                         |
|                       | Компот из изюма и кураги                          | 150                            | 48                             |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                              | 40                             | 75,2                           |
|                       | <b>Итого:</b>                                     | <b>540</b>                     | <b>476,95</b>                  |
|                       | <b>Полдник</b>                                    | Кисломолочный напиток /кефир / | 150                            |
| Печенье               |   | 12                             | 88                             |
| Апельсин              |   | 95                             | 45                             |
| <b>Итого:</b>         |   | <b>257</b>                     | <b>208</b>                     |
| <b>Ужин</b>           | Свекла тушеная в сметане                          | 160                            | 180,2                          |
|                       | Яйцо отварное 1/2                                 | 20                             | 31,5                           |
|                       | Чай с сахаром                                     | 180                            | 21,7                           |
|                       | Хлеб пшеничный                                    | 30                             | 70                             |
|                       | <b>Итого:</b>                                     | <b>390</b>                     | <b>303,4</b>                   |
|                       | Вода питьевая детская на весь день                | 150                            | 0                              |
|                       | <b>Итого за девятый день</b>                      | <b>1707</b>                    | <b>1333,35</b>                 |

МЕНЮ «13» МАРТА 2025г САД

| Прием пищи            | Наименование блюда                                | Выход блюда                    | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|
| <b>День 9</b>         |   |                                |                                |
| <b>Завтрак</b>        | Каша вязкая молочная дружба                       | 200                            | 180                            |
|                       | Кофейный напиток с молоком                        | 200                            | 75                             |
|                       | Бутерброд с маслом и сыром                        | 52                             | 115,8                          |
|                       | <b>Итого</b>                                      | <b>452</b>                     | <b>370,8</b>                   |
| <b>Второй завтрак</b> | Сок   | 180                            | 90                             |
|                       | <b>Итого</b>                                      | <b>180</b>                     | <b>90</b>                      |
| <b>Обед</b>           | Салат из квашеной капусты                         | 50                             | 52,77                          |
|                       | Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом | 200                            | 121,2                          |
|                       | Картофельная запеканка с отварным мясом           | 200                            | 236,6                          |
|                       | Компот из изюма и кураги                          | 200                            | 55                             |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                              | 50                             | 94                             |
|                       | <b>Итого:</b>                                     | <b>700</b>                     | <b>559,57</b>                  |
|                       | <b>Полдник</b>                                    | Кисломолочный напиток /кефир / | 180                            |
| Вафли                 |   | 20                             | 141,8                          |
| Апельсин              |   | 100                            | 50                             |
| <b>Итого:</b>         |   | <b>300</b>                     | <b>281,8</b>                   |
| <b>Ужин</b>           | Свекла тушеная в сметане                          | 200                            | 239                            |
|                       | Яйцо отварное 1/2                                 | 20                             | 31,5                           |
|                       | Чай с сахаром                                     | 200                            | 33,06                          |
|                       | Хлеб пшеничный                                    | 40                             | 95,8                           |
|                       | <b>Итого:</b>                                     | <b>460</b>                     | <b>399,36</b>                  |
|                       | Вода питьевая детская на весь день                | 150                            | 0                              |
|                       | <b>Итого за девятый день</b>                      | <b>2092</b>                    | <b>1701,53</b>                 |