

МЕНЮ «14» ЯНВАРЯ 2025г. ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	160
	Какао с молоком	180	70
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	326,2
Второй завтрак	Сок	150	44,8
	Итого	150	44,8
Обед	Икра кабачковая	40	35,1
	Щи с мясом и со сметаной	150	88,5
	Голубцы ленивые с мясом	160	220
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	473,8
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	44
	Итого:	275	199
Ужин	Винегрет овощной	160	162
	Ватрушка с творогом	60	123,39
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	400	307,09
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	1729	1350,89

МЕНЮ «14» ЯНВАРЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	197
	Какао с молоком	180	87
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	425	409,8
	Второй завтрак	Сок	180
итого		180	44,8
Обед	Икра кабачковая	60	46,8
	Щи с мясом и со сметаной	200	118
	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	710	618,3
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	120
	Яблоко	100	45
	Итого:	320	255
Ужин	Винегрет овощной	180	184,6
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с творогом	80	165,3
	Итого:	460	382,96
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	2095	1710,86