

МЕНЮ «14» ФЕВРАЛЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 10</b>			
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога	170	145
	Соус сметанный	30	35
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>368,86</b>
<b>Второй завтрак</b>	Напиток фруктовый	180	85
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>85</b>
<b>Обед</b>	Икра овощная	60	57
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	121,2
	Мясо птицы в сметанном соусе	70	148,07
	Картофель отварной	150	155
	Компот из ягод	200	45
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>620,27</b>
	<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Хлеб пшеничный		40	100
Фрукт		100	70
<b>Итого:</b>		<b>320</b>	<b>260</b>
<b>Ужин</b>	Каша гречневая рассыпчатая	160	146,53
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Пирожок печеный с капустой	80	195
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>437,59</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за десятый день</b>	<b>2155</b>	<b>1771,72</b>

МЕНЮ «14» ФЕВРАЛЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 10</b>			
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога	150	123,3
	Соус сметанный	20	25
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
	<b>Итого</b>	<b>384</b>	<b>283,3</b>
<b>Второй завтрак</b>	Напиток фруктовый	150	68
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>68</b>
<b>Обед</b>	Икра овощная	40	42,75
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	100,9
	Мясо птицы в сметанном соусе	60	118
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из ягод	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>493,01</b>
	<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Хлеб пшеничный		30	80
Фрукт		95	60
<b>Итого:</b>		<b>275</b>	<b>215</b>
<b>Ужин</b>	Каша гречневая рассыпчатая	130	112,45
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Пирожок печеный с капустой	60	145
	<b>Итого:</b>	<b>410</b>	<b>342,15</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за десятый день</b>	<b>1779</b>	<b>1401,46</b>

