

МЕНЮ «14» МАЯ 2024г. ЯСЛИ

МЕНЮ «14» МАЯ 2024г. САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	150	177
	Какао с молоком	150	70
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	<b>Итого</b>	<b>334</b>	<b>343,2</b>
Второй завтрак	Напиток	100	44,8
	Яблоко	95	44
	<b>Итого</b>	<b>195</b>	<b>88,8</b>
Обед	Икра кабачковая	40	35,1
	Щи с мясом и со сметаной	150	88,5
	Суфле из печени	50	84,56
	Рис отварной	120	166,6
	Компот из кураги	150	46
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>495,96</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>155</b>
Ужин	Винегрет овощной	150	162
	Ватрушка с творогом	60	123,39
	Чай с сахаром	180	21,7
	<b>Итого:</b>	<b>390</b>	<b>307,09</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за седьмой день</b>	<b>1649</b>	<b>1390,05</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	198,8
	Какао с молоком	180	87
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>411,6</b>
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	100	45
	<b>итого</b>	<b>200</b>	<b>89,8</b>
Обед	Икра кабачковая	60	46,8
	Щи с мясом и со сметаной	200	118
	Суфле из печени	70	115,31
	Рис отварной	150	208,4
	Компот из кураги	200	59
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>641,51</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	<b>Итого:</b>	<b>220</b>	<b>190</b>
Ужин	Винегрет овощной	200	184,6
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с творогом	40	165,3
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>382,96</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за седьмой день</b>	<b>2055</b>	<b>1715,87</b>

