

| МЕНЮ « 14 » НОЯБРЯ 2024г ЯСЛИ |  |              |                                |
|-------------------------------|--|--------------|--------------------------------|
| Прием пищи                    | Наименование блюда                                   | Выход блюда  | Энергетическая ценность (ккал) |
| <b>День 4</b>                 | Пудинг из творога                                    | 140          | 151,3                          |
|                               | Соус молочный  | 30           | 21                             |
| <b>Завтрак</b>                | Кофейный напиток с молоком                           | 180          | 97,2                           |
|                               | Бутерброд с маслом                                   | 34           | 96,2                           |
|                               | <b>Итого</b>   | <b>384</b>   | <b>365,7</b>                   |
| <b>Второй завтрак</b>         | Сок  | 150          | 44,8                           |
|                               | <b>Итого</b>   | <b>150</b>   | <b>44,8</b>                    |
| <b>Обед</b>                   | Салат из свеклы                                      | 40           | 37,56                          |
|                               | Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной | 150          | 116                            |
|                               | Печень говяжья по-строгановски                       | 50           | 96,82                          |
|                               | Рис отварной   | 120          | 166,6                          |
|                               | Компот из изюма                                      | 180          | 48,5                           |
|                               | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 40           | 75,2                           |
|                               | <b>Итого:</b>  | <b>580</b>   | <b>540,68</b>                  |
| <b>Полдник</b>                | Кисломолочный напиток /кефир /                       | 150          | 75                             |
|                               | Печенье  | 12           | 48,84                          |
|                               | Апельсин   | 95           | 36,1                           |
|                               | <b>Итого:</b>  | <b>257</b>   | <b>159,94</b>                  |
| <b>Ужин</b>                   | Жаркое по-домашнему                                  | 170          | 230                            |
|                               | Яйцо отварное 1/2                                    | 20           | 31,5                           |
|                               | Чай с сахаром  | 180          | 21,7                           |
|                               | Хлеб пшеничный                                       | 30           | 80                             |
| <b>Итого:</b>                 | <b>400</b>   | <b>363,2</b> |                                |
|                               | Вода питьевая детская на весь день                   | 150          | 0                              |
|                               | <b>Итого за четвертый день</b>                       | <b>1771</b>  | <b>1474,32</b>                 |

| Прием пищи            | Наименование блюда                                   | Выход блюда   | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------|--|---------------|--------------------------------|
| <b>День 4</b>         | Пудинг из творога                                    | 170           | 220                            |
|                       | Соус молочный  | 50            | 35                             |
| <b>Завтрак</b>        | Кофейный напиток с молоком                           | 200           | 101                            |
|                       | Бутерброд с маслом                                   | 45            | 125,8                          |
|                       | <b>Итого</b>   | <b>465</b>    | <b>481,8</b>                   |
| <b>Второй завтрак</b> | Сок  | 180           | 44,8                           |
|                       | <b>Итого</b>   | <b>180</b>    | <b>44,8</b>                    |
| <b>Обед</b>           | Салат из свеклы                                      | 50            | 46,95                          |
|                       | Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной | 200           | 145                            |
|                       | Печень говяжья по-строгановски                       | 70            | 135,55                         |
|                       | Рис отварной   | 150           | 208,4                          |
|                       | Компот из изюма                                      | 200           | 66                             |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 50            | 94                             |
|                       | <b>Итого:</b>  | <b>720</b>    | <b>695,9</b>                   |
| <b>Полдник</b>        | Кисломолочный напиток /кефир /                       | 180           | 90                             |
|                       | Вафли  | 20            | 106                            |
|                       | Апельсин   | 100           | 38                             |
|                       | <b>Итого:</b>  | <b>300</b>    | <b>234</b>                     |
| <b>Ужин</b>           | Жаркое по-домашнему                                  | 200           | 320                            |
|                       | Яйцо отварное 1/2                                    | 20            | 31,5                           |
|                       | Чай с сахаром  | 200           | 33,06                          |
|                       | Хлеб пшеничный                                       | 40            | 100                            |
| <b>Итого:</b>         | <b>460</b>   | <b>484,56</b> |                                |
|                       | Вода питьевая детская на весь день                   | 150           | 0                              |
|                       | <b>Итого за четвертый день</b>                       | <b>2125</b>   | <b>1941,06</b>                 |