

МЕНЮ «15» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|---|-------------|--------------------------------|
| День 8 | | | |
| Завтрак | Омлет натуральный с маслом | 150 | 160 |
| | Чай с молоком | 180 | 77 |
| | Бутерброд с маслом | 34 | 96,2 |
| | Итого | 364 | 333,2 |
| Второй завтрак | Напиток из ягод | 150 | 27 |
| | Итого | 150 | 27 |
| Обед | Салат из квашеной капусты | 40 | 42,21 |
| | Суп томатно-перловый | 150 | 81,75 |
| | Картофельная запеканка с отварным мясом | 150 | 210,64 |
| | Компот из яблок | 150 | 27 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 75,2 |
| | Итого: | 530 | 436,8 |
| Полдник | Кисломолочный напиток /кефир / | 150 | 75 |
| | Печенье | 12 | 48,84 |
| | Апельсин | 95 | 70 |
| | Итого: | 257 | 193,84 |
| Ужин | Рагу овощное | 150 | 113,2 |
| | Бутерброд с маслом | 34 | 96,2 |
| | Чай с сахаром | 180 | 21,7 |
| | Итого: | 364 | 231,1 |
| | Вода питьевая детская на весь день | 150 | 0 |
| | Итого за восьмой день | 1665 | 1221,94 |

МЕНЮ «15» ЯНВАРЯ 2025г САД

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|---|-------------|--------------------------------|
| День 8 | | | |
| Завтрак | Омлет натуральный с маслом | 180 | 202 |
| | Чай с молоком | 180 | 93,06 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 125,8 |
| | Итого | 405 | 420,86 |
| Второй завтрак | Напиток из ягод | 180 | 35 |
| | Итого | 180 | 35 |
| Обед | Салат из квашеной капусты | 50 | 52,77 |
| | Суп томатно-перловый | 200 | 109 |
| | Картофельная запеканка с отварным мясом | 200 | 236,5 |
| | Компот из яблок | 200 | 35 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 94 |
| | Итого: | 700 | 527,27 |
| Полдник | Кисломолочный напиток /кефир / | 180 | 90 |
| | Печенье | 20 | 106,6 |
| | Апельсин | 100 | 80 |
| | Итого: | 300 | 251,4 |
| Ужин | Рагу овощное | 200 | 124,44 |
| | Чай с сахаром | 200 | 33,06 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 125,8 |
| | Итого: | 445 | 283,3 |
| | Вода питьевая детская на весь день | 150 | 0 |
| | Итого за восьмой день | 2030 | 1517,83 |