

МЕНЮ «15» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 4</b>			
<b>Завтрак</b>	Пудинг из творога	150	143,3
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом	34	70
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>258,3</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	150	70
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>70</b>
<b>Обед</b>	Икра кабачковая	40	35,1
	Щи с капустой,с мясом и со сметаной	150	110,5
	Суфле из печени	50	84,56
	Рис отварной	120	144,6
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>504,96</b>
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
<b>Полдник</b>	Печенье	12	78
	Яблоко	95	55
	<b>Итого:</b>	<b>257</b>	<b>208</b>
<b>Ужин</b>	Картофель тушеный с мясом куры	170	240
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>363,2</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за четвертый день</b>	<b>1741</b>	<b>1404,46</b>

МЕНЮ «15» ЯНВАРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 4</b>			
<b>Завтрак</b>	Пудинг из творога	170	190
	Кофейный напиток с молоком	200	60
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>365,8</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	180	90
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>90</b>
<b>Обед</b>	Икра кабачковая	50	46,8
	Щи с капустой,с мясом и со сметаной	200	145
	Суфле из печени	70	115,31
	Рис отварной	150	180
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>641,61</b>
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
<b>Полдник</b>	Печенье	20	106,26
	Яблоко	100	65
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>261,26</b>
<b>Ужин</b>	Картофель тушенный с мясом куры	200	270
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>461,86</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за четвертый день</b>	<b>2095</b>	<b>1820,53</b>