

| МЕНЮ «15» ИЮЛЯ 2025г ЯСЛИ |                                                   |             |                                |
|---------------------------|---------------------------------------------------|-------------|--------------------------------|
| Прием пищи                | Наименование блюда                                | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 7                    |                                                   |             |                                |
| Завтрак                   | Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес | 150         | 135                            |
|                           | Какао с молоком                                   | 180         | 50                             |
|                           | Бутерброд с маслом                                | 34          | 70                             |
|                           | <b>Итого</b>                                      | <b>364</b>  | <b>255</b>                     |
| Второй завтрак            | Сок                                               | 150         | 70                             |
|                           | <b>Итого</b>                                      | <b>150</b>  | <b>70</b>                      |
| Обед                      | Салат из свеж.овощей с зеленью                    | 40          | 45,1                           |
|                           | Щи с капустой,с мясом и со сметаной               | 150         | 110,5                          |
|                           | Печень по-строгановски                            | 50          | 100,82                         |
|                           | Макаронные изделия отварные с маслом              | 120         | 110,4                          |
|                           | Компот из яблок                                   | 150         | 45                             |
|                           | Хлеб ржано-пшеничный                              | 40          | 75,2                           |
|                           | <b>Итого:</b>                                     | <b>550</b>  | <b>487,02</b>                  |
|                           | Кисломолочный напиток /кефир /                    | 150         | 75                             |
| Полдник                   | Хлеб пшеничный                                    | 30          | 80                             |
|                           | Яблоко                                            | 95          | 56                             |
|                           | <b>Итого:</b>                                     | <b>275</b>  | <b>211</b>                     |
|                           | Винегрет овощной                                  | 160         | 150                            |
| Ужин                      | Ватрушка с повидлом                               | 60          | 113,39                         |
|                           | Чай с сахаром                                     | 180         | 21,7                           |
|                           | <b>Итого:</b>                                     | <b>400</b>  | <b>285,09</b>                  |
|                           | Вода питьевая детская на весь день                | 150         | 0                              |
|                           | <b>Итого за седьмой день</b>                      | <b>1739</b> | <b>1308,11</b>                 |

| МЕНЮ «15» ИЮЛЯ 2025г САД |                                                   |              |                                |
|--------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------------------------|
| Прием пищи               | Наименование блюда                                | Выход блюд а | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 7                   |                                                   |              |                                |
| Завтрак                  | Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес | 200          | 158,8                          |
|                          | Какао с молоком                                   | 200          | 70                             |
|                          | Бутерброд с маслом                                | 45           | 95,8                           |
|                          | <b>Итого</b>                                      | <b>445</b>   | <b>324,6</b>                   |
| Второй завтрак           | Сок                                               | 180          | 90                             |
|                          | <b>Итого</b>                                      | <b>180</b>   | <b>90</b>                      |
| Обед                     | Салат из свеж.овощей с зеленью                    | 60           | 46,8                           |
|                          | Щи с капустой,с мясом и со сметаной               | 200          | 145                            |
|                          | Печень по-строгановски                            | 70           | 135,55                         |
|                          | Макаронные изделия отварные с маслом              | 150          | 142                            |
|                          | Компот из яблок                                   | 200          | 50                             |
|                          | Хлеб ржано-пшеничный                              | 50           | 94                             |
|                          | <b>Итого:</b>                                     | <b>730</b>   | <b>613,35</b>                  |
|                          | Кисломолочный напиток /кефир /                    | 180          | 90                             |
| Полдник                  | Хлеб пшеничный                                    | 40           | 100                            |
|                          | Яблоко                                            | 100          | 75                             |
|                          | <b>Итого:</b>                                     | <b>320</b>   | <b>265</b>                     |
| Ужин                     | Винегрет овощной                                  | 200          | 164,6                          |
|                          | Чай с сахаром                                     | 200          | 33,06                          |
|                          | Ватрушка с повидлом                               | 80           | 175,3                          |
|                          | <b>Итого:</b>                                     | <b>480</b>   | <b>372,96</b>                  |
|                          | Вода питьевая детская на весь день                | 150          | 0                              |
|                          | <b>Итого за седьмой день</b>                      | <b>2155</b>  | <b>1665,91</b>                 |