

МЕНЮ «16» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 5</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая пшенная молочная	150	125
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>260</b>
<b>Второй завтрак</b>	Напиток фруктовый	150	68
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>68</b>
<b>Обед</b>	Икра морковная	40	35,1
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	103,9
	Биточки куриные	50	116
	Гречка отварная рассыпчатая	120	115
	Компот ягодный	180	45
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>490,2</b>
<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	50
<b>Ужин</b>	<b>Итого:</b>	<b>275</b>	<b>205</b>
	Салат картофельный с зеленым горошком	160	190,4
	Чай с сахаром	180	21,7
	Сдобы обыкновенная	60	143,14
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>355,24</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за пятый день</b>	<b>1769</b>	<b>1378,4</b>

МЕНЮ «16» ЯНВАРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 5</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая пшенная молочная	200	155
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>343,86</b>
<b>Второй завтрак</b>	Напиток фруктовый	180	85
	<b>итого</b>	<b>180</b>	<b>85</b>
<b>Обед</b>	Икра морковная	60	46,8
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	125,2
	Биточки куриные	70	155
	Гречка отварная рассыпчатая	150	128
	Компот ягодный	200	65
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>614</b>
<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	70
<b>Ужин</b>	<b>Итого:</b>	<b>320</b>	<b>260</b>
	Салат картофельный с зеленым горошком	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Сдобы обыкновенная	80	185,3
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>434,36</b>
<b>Завтрак</b>	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за пятый день</b>	<b>2155</b>	<b>1737,22</b>