

МЕНЮ «16» МАЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	150	169
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом и сыром	40	115,16
	Итого	370	351,16
Второй завтрак	Напиток	100	44,8
	Яблоко	95	44
	Итого	195	88,8
Обед	Соленый огурец кусочком	40	42,21
	Суп рыбный	150	81,75
	Котлета рыбная	50	91
	Картофель отварной	120	130
	Компот из сухофруктов	180	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	580	475,16
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Итого:	162	123,84
Ужин	Капуста тушеная с мясом	150	192,27
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Бутерброд с маслом	34	96,22
	Итого:	404	373,19
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	1711	1412,15

МЕНЮ «16» МАЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	200	193
	Кофейный напиток с молоком	200	71
	Бутерброд с маслом и сыром	52	172,74
	Итого	452	436,74
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	100	45
	Итого	200	89,8
Обед	Соленый огурец кусочком	60	52,77
	Суп рыбный	200	109
	Котлета рыбная	70	107
	Картофель отварной	150	155
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	578,27
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Вафли		20	81,4
Итого:		200	171,4
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	259
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого:	485	480,86
		Вода питьевая детская на весь день	150
	Итого за девятый день	2067	1757,07