

МЕНЮ «16» МАЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 9</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая ячневая на молоке	150	169
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом и сыром	40	115,16
	<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>351,16</b>
<b>Второй завтрак</b>	Напиток	100	44,8
	Яблоко	95	44
	<b>Итого</b>	<b>195</b>	<b>88,8</b>
<b>Обед</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>475,16</b>
<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	<b>Итого:</b>	<b>162</b>	<b>123,84</b>
<b>Ужин</b>	Капуста тушеная с мясом	150	192,27
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Бутерброд с маслом	34	96,22
	<b>Итого:</b>	<b>404</b>	<b>373,19</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за девятый день</b>	<b>1711</b>	<b>1412,15</b>

МЕНЮ «16» МАЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 9</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая ячневая на молоке	200	193
	Кофейный напиток с молоком	200	71
	Бутерброд с маслом и сыром	52	172,74
	<b>Итого</b>	<b>452</b>	<b>436,74</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	100	44,8
	Яблоко	100	45
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>89,8</b>
<b>Обед</b>	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
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>578,27</b>
	<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Вафли		20	81,4
<b>Итого:</b>		<b>200</b>	<b>171,4</b>
<b>Ужин</b>	Капуста тушеная с мясом	200	259
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	<b>Итого:</b>	<b>485</b>	<b>480,86</b>
		Вода питьевая детская на весь день	150
	<b>Итого за девятый день</b>	<b>2067</b>	<b>1757,07</b>