

МЕНЮ «16» ОКТЯБРЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	150	142,75
	Чай с молоком	170	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	354	315,95
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	44,8
	итого	150	44,8
Обед	Салат из моркови	40	36
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Суфле из печени	60	84,56
	Рис отварной	120	166,6
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	533,47
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	48,84
Банан		95	70
Итого:		257	193,84
Ужин	Капуста тушеная	160	132
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яйцо	40	63
	Итого:	410	296,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	1731	1384,76

МЕНЮ «16» ОКТЯБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	200	191
	Чай с молоком	180	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	425	409,86
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	44,8
	Итого	180	44,8
Обед	Салат из моркови	50	48
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	145
	Суфле из печени	70	115,31
	Рис отварной	150	208,4
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	671,21
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Печенье		20	81,4
Банан		100	80
Итого:		300	251,4
Ужин	Капуста тушеная	200	156
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яйцо	40	63
	Итого:	480	352,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	2105	1729,33

