

| МЕНЮ «16» ОКТЯБРЯ 2025г ЯСЛИ |                                                      |             |                                |
|------------------------------|------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда                                   | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 4                       |                                                      |             |                                |
| Завтрак                      | Пудинг из творога                                    | 150         | 143,3                          |
|                              | Кофейный напиток с молоком                           | 180         | 45                             |
|                              | Бутерброд с маслом и сыром                           | 34          | 70                             |
|                              | <b>Итого</b>                                         | <b>364</b>  | <b>258,3</b>                   |
| Второй завтрак               | Сок                                                  | 150         | 70                             |
|                              | <b>Итого</b>                                         | <b>150</b>  | <b>70</b>                      |
| Обед                         | Салат из свеклы                                      | 40          | 37,56                          |
|                              | Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной | 150         | 116                            |
|                              | Суфле из печени                                      | 50          | 98                             |
|                              | Рис отварной                                         | 120         | 138,9                          |
|                              | Компот из сухофруктов                                | 150         | 55                             |
|                              | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 40          | 75,2                           |
|                              | <b>Итого:</b>                                        | <b>540</b>  | <b>520,66</b>                  |
| Полдник                      | Кисломолочный напиток /кефир /                       | 150         | 75                             |
|                              | Печенье                                              | 12          | 78                             |
|                              | Яблоко                                               | 95          | 55                             |
|                              | <b>Итого:</b>                                        | <b>257</b>  | <b>208</b>                     |
| Ужин                         | Картофель тушеный с мясом                            | 160         | 202                            |
|                              | Чай с сахаром                                        | 180         | 21,7                           |
|                              | Хлеб пшеничный                                       | 30          | 70                             |
|                              | <b>Итого:</b>                                        | <b>370</b>  | <b>293,7</b>                   |
|                              | Вода питьевая детская на весь день                   | 150         | 0                              |
|                              | <b>Итого за четвертый день</b>                       | <b>1681</b> | <b>1350,66</b>                 |
|                              |                                                      |             |                                |

| МЕНЮ «16» ОКТЯБРЯ 2025г САД |                                                      |             |                                |
|-----------------------------|------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------|
| Прием пищи                  | Наименование блюда                                   | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 4                      |                                                      |             |                                |
| Завтрак                     | Пудинг из творога                                    | 170         | 190                            |
|                             | Кофейный напиток с молоком                           | 200         | 60                             |
|                             | Бутерброд с маслом                                   | 45          | 95,8                           |
|                             | <b>Итого</b>                                         | <b>415</b>  | <b>345,8</b>                   |
| Второй завтрак              | Сок                                                  | 180         | 90                             |
|                             | <b>Итого</b>                                         | <b>180</b>  | <b>90</b>                      |
| Обед                        | Салат из свеклы                                      | 50          | 46,95                          |
|                             | Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной | 200         | 145                            |
|                             | Суфле из печени                                      | 70          | 125                            |
|                             | Рис отварной                                         | 150         | 166                            |
|                             | Компот из сухофруктов                                | 200         | 60,5                           |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                                 | 50          | 94                             |
|                             | <b>Итого:</b>                                        | <b>700</b>  | <b>637,45</b>                  |
| Полдник                     | Кисломолочный напиток /кефир /                       | 180         | 90                             |
|                             | Печенье                                              | 20          | 106,26                         |
|                             | Яблоко                                               | 100         | 65                             |
|                             | <b>Итого:</b>                                        | <b>300</b>  | <b>261,26</b>                  |
| Ужин                        | Картофель тушеный с мясом                            | 200         | 235                            |
|                             | Чай с сахаром                                        | 200         | 33,06                          |
|                             | Хлеб пшеничный                                       | 40          | 95,8                           |
|                             | <b>Итого:</b>                                        | <b>440</b>  | <b>363,86</b>                  |
|                             | Вода питьевая детская на весь день                   | 150         | 0                              |
|                             | <b>Итого за четвертый день</b>                       | <b>2035</b> | <b>1698,37</b>                 |
|                             |                                                      |             |                                |