

МЕНЮ «16» ДЕКАБРЯ 2024г. ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Омлет натуральный	150	160
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	323,2
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	27
	Итого	150	27
Обед	Салат из горошка зеленого	40	26,2
	Суп молочный	150	117
	Жаркое по-домашнему	160	230
	Компот из фруктов	150	35
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	483,4
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	48,84
Яблоко		95	44
Итого:		257	167,84
Ужин	Пудинг пшеничный	180	295,99
	Повидло фруктовое	10	28,5
	Хлеб пшеничный	30	80
	Чай с сахаром	180	21,7
Итого:	400	426,19	
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за шестой день	1711	1427,63

МЕНЮ «16» ДЕКАБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Омлет натуральный	160	202
	Кофейный напиток с молоком	200	71
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	405	398,8
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	34
	итого	180	34
Обед	Салат из горошка зеленого	50	34,82
	Суп молочный	200	156
	Жаркое по-домашнему	200	320
	Компот из фруктов	200	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	644,82
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Кондитерское изделие		20	106,26
Яблоко		100	45
Итого:		200	241,26
Ужин	Пудинг пшеничный	200	395
	Повидло фруктовое	20	38
	Хлеб пшеничный	40	100
	Чай с сахаром	200	33,06
Итого:	460	565,72	
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за шестой день	2045	1884,6

