

МЕНЮ «16» ДЕКАБРЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 7</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая пшеничная молочная	150	140
	Какао с молоком	180	50
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
	<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>280</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	150	70
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>70</b>
<b>Обед</b>	Икра кабачковая	40	45,1
	Щи с капустой,с мясом и со сметаной	150	110,5
	Печень по-строгановски	50	100,82
	Макаронные изделия отварные	120	110,4
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
<b>Полдник</b>	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>497,02</b>
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Фрукт	95	56
<b>Ужин</b>	<b>Итого:</b>	<b>275</b>	<b>211</b>
	Винегрет овощной	160	150
	Яйцо отварное	40	63
	Ватрушка с творогом	60	113,39
	Чай с сахаром	180	21,7
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>348,09</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
<b>Итого за седьмой день</b>		<b>1785</b>	<b>1406,11</b>

МЕНЮ «16» ДЕКАБРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 7</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая пшеничная молочная	200	180
	Какао с молоком	200	70
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
	<b>Итого</b>	<b>452</b>	<b>365,8</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	180	90
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>90</b>
<b>Обед</b>	Икра кабачковая	60	46,8
	Щи с капустой,с мясом и со сметаной	200	145
	Печень по-строгановски	70	135,55
	Макаронные изделия отварные	150	142
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
<b>Полдник</b>	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>623,85</b>
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Фрукт	100	75
<b>Ужин</b>	<b>Итого:</b>	<b>320</b>	<b>265</b>
	Винегрет овощной	200	164,6
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с творогом	80	175,3
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>435,96</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за седьмой день</b>	<b>2202</b>	<b>1780,61</b>