

МЕНЮ «17» ФЕВРАЛЯ 2025г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	180	135
	Кофейный напиток с молоком	150	45
	Бутерброд с маслом	34	70
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого:	384	281,5
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	Итого:	150	68
Обед	Салат из солёных огурцов	40	36
	Суп картофельный с зелёным горошком	150	96
	Голубцы ленивые с мясом	160	220
	Компот из свежих фруктов	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	477,2
Полдник	Кисломолочный напиток / кефир /	150	75
	Печенье	12	78
	Яблоко	95	50
	Итого:	257	203
Ужин	Запеканка творожная	160	215
	Соус сметанный	30	45
	Чай с сахаром	180	21,7
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого:	404	351,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<i>Итого за первый день</i>	1735	1381,4

МЕНЮ «17» ФЕВРАЛЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	200	158,8
	Кофейный напиток с молоком	200	75
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого:	465	361,1
	Второй завтрак	Напиток фруктовый	180
Итого:		180	85
Обед	Салат из солёных огурцов	50	48
	Суп картофельный с зелёным горошком	200	120
	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Компот из сухофруктов	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	616
	Полдник	Кисломолочный напиток / кефир /	180
Пряник		20	106,26
Яблоко		100	65
Итого:		300	261,26
Ужин	Запеканка творожная	170	235
	Соус сметанный	35	65
	Чай с сахаром	200	33,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого:	450	428,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<i>Итого за первый день</i>	2095	1752,22