

МЕНЮ «18» МАРТА 2025г . ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	150	140
	Какао с молоком	180	50
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
	Итого	370	280
Второй завтрак	Сок	150	70
	итого	150	70
Обед	Икра морковная	40	35,1
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Голубцы ленивые с мясом	160	220
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	501,41
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	50
	Итого:	275	205
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	129,16
	Икра кабачковая	30	35,1
	Ватрушка с повидлом	60	160,88
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	420	346,84
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	1755	1403,25

МЕНЮ «18» МАРТА 2025г . САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	170	170
	Какао с молоком	200	70
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
	Итого	422	355,8
Второй завтрак	Сок	180	90
	итого	180	90
Обед	Икра морковная	50	46,8
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	175
	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	675,3
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	70
	Итого:	320	260
Ужин	Картофель отварной с маслом	180	165
	Икра кабачковая	50	46,8
	Ватрушка с повидлом	80	185,65
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	510	430,51
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	2132	1811,61

