

МЕНЮ «18» ДЕКАБРЯ 2024г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	180	192
	Чай с молоком	180	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	405	410,86
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	35
	Итого	180	35
Обед	Салат из свеклы	50	46,95
	Суп картофельный рыбный	200	109
	Котлета рыбная	70	107
	Рис отварной	150	208,4
	Компот из яблок	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	600,35
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Пряник	20	106,6
	Мандарин	100	80
	Итого:	300	276,6
Ужин	Рагу овощное	200	124,44
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	50	100
	Итого:	490	320,5
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	2095	1643,31

МЕНЮ «18» ДЕКАБРЯ 2024г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150	173
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	346,2
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	27
	Итого	150	27
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп картофельный рыбный	150	81,75
	Котлета рыбная	50	91
	Рис отварной	120	166,6
	Компот из яблок	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	479,11
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Мандарин	95	70
	Итого:	257	193,84
Ужин	Рагу овощное	150	113,2
	Яйцо отварное	40	63
	Хлеб пшеничный	30	80
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	400	277,9
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	1721	1324,05

