

МЕНЮ «19» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	150	165
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом	34	70
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>280</b>
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>68</b>
Обед	Салат из горошка зеленого	40	30,2
	Суп картофельный с крупой	150	109,14
	Котлета мясная	50	100,8
	Макароны отварные с маслом	120	110,4
	Компот из фруктов	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>475,74</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	68
	Яблоко	95	70
Ужин	<b>Итого:</b>	<b>257</b>	<b>213</b>
	Пудинг пшеничный	170	240,99
	Повидло фруктовое	20	20,5
	Хлеб пшеничный	30	70
	Чай с сахаром	180	21,7
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>353,19</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за шестой день</b>	<b>1721</b>	<b>1389,93</b>

МЕНЮ «19» ЯНВАРЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	180	180
	Кофейный напиток с молоком	200	75
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>350,8</b>
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>85</b>
Обед	Салат из горошка зеленого	50	34,82
	Суп картофельный с крупой	200	145,03
	Котлета мясная	70	125
	Макароны отварные с маслом	150	142
	Компот из фруктов	200	60
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>600,85</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Печенье	20	141,4
Ужин	Яблоко	100	40
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>271,4</b>
	Пудинг пшеничный	200	280,66
	Повидло фруктовое	20	30
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Чай с сахаром	200	33,06
	<b>Итого:</b>	<b>460</b>	<b>439,52</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за шестой день</b>	<b>2085</b>	<b>1747,57</b>