

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
	Итого	364	280
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
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
	Итого:	550	475,74
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	68
	Яблоко	95	70
Ужин	Итого:	257	213
	Пудинг пшеничный	170	240,99
	Повидло фруктовое	20	20,5
	Хлеб пшеничный	30	70
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	400	353,19
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за шестой день	1721	1389,93

МЕНЮ «19» ЯНВАРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	180	180
	Кофейный напиток с молоком	200	75
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого	425	350,8
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	180	85
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
	Итого:	720	600,85
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Печенье	20	141,4
Ужин	Яблоко	100	40
	Итого:	300	271,4
	Пудинг пшеничный	200	280,66
	Повидло фруктовое	20	30
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	460	439,52
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за шестой день	2085	1747,57