

МЕНЮ «19» ФЕВРАЛЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	150	140
	Чай с молоком	180	75
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого	364	285
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	итого	150	68
Обед	Салат из квашеной капусты	40	42,21
	Суп картофельный рыбный с крупой	150	96,75
	Рулет рыбный с яйцом	60	100,85
	Пюре картофельное	120	120
	Компот из яблок	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	485,01
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	78
Банан		95	50
Итого:		257	203
Ужин	Капуста тушеная с мясом	160	200
	Чай с сахаром	180	21,7
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого:	374	291,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	1705	1332,71

МЕНЮ «19» ФЕВРАЛЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	170	170
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого	415	358,86
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	180	85
Обед	Салат из квашеной капусты	50	52,77
	Суп картофельный рыбный с крупой	200	109
	Рулет рыбный с луком и яйцом	70	130,8
	Пюре картофельное	150	160,4
	Компот из яблок	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	601,97
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Пряник		20	121,4
Банан		100	55
Итого:		300	266,4
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	260
	Чай с сахаром	200	33,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого:	445	388,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	2060	1701,09

