

МЕНЮ «19» ДЕКАБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	200	193
	Кофейный напиток с молоком	200	77
	Бутерброд с маслом и сыром	52	189,9
	Итого	452	459,9
Второй завтрак	Сок	180	44,8
	Итого	180	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	60	52,77
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	145
	Картофельная запеканка с отварным мясом	200	236,5
	Компот из изюма и кураги	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	710	588,77
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Пряник	20	106,6
	Апельсин	100	80
	Итого:	300	276,6
Ужин	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	440	432,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	2082	1802,13

МЕНЮ «19» ДЕКАБРЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	150	169
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом и сыром	40	115,16
	Итого	370	351,16
Второй завтрак	Сок	150	44,8
	Итого	150	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	40	42,21
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Картофельная запеканка с отварным мясом	150	210,64
	Компот из изюма и кураги	180	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	499,16
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Апельсин	95	70
	Итого:	257	193,84
Ужин	Голубцы ленивые с мясом	170	220
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	380	321,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	1717	1410,66