

МЕНЮ «20» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	140
	Какао с молоком	180	50
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
	Итого	370	280
Второй завтрак	Сок	150	70
	Итого	150	70
Обед	Икра кабачковая	40	45,1
	Щи с капустой,с мясом и со сметаной	150	110,5
	Жаркое по-домашнему	160	210
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	495,8
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	70
	Фрукт	95	56
	Итого:	275	201
Ужин	Винегрет овощной	160	150
	Ватрушка с творогом	60	113,39
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	400	285,09
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	1735	1331,89

МЕНЮ «20» ЯНВАРЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	180
	Какао с молоком	200	70
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
	Итого	452	365,8
Второй завтрак	Сок	180	90
	Итого	180	90
Обед	Икра кабачковая	60	46,8
	Щи с капустой,с мясом и со сметаной	200	145
	Жаркое по-домашнему	200	280
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	710	626,3
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Фрукт	100	75
	Итого:	320	265
Ужин	Винегрет овощной	200	164,6
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с творогом	80	175,3
	Итого:	480	372,96
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	2142	1720,06