

МЕНЮ «20» МАРТА 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 4</b>			
<b>Завтрак</b>	Пудинг из творога	150	143,3
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
	<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>278,3</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	150	70
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>70</b>
<b>Обед</b>	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	150	102
	Суфле из печени	50	84,56
	Рис отварной	120	146,6
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>500,92</b>
	<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	78
Яблоко		95	55
<b>Итого:</b>		<b>257</b>	<b>208</b>
<b>Ужин</b>	Картофель тушеный с мясом	170	205,5
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>297,2</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за четвертый день</b>	<b>1707</b>	<b>1354,42</b>

МЕНЮ «20» МАРТА 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 4</b>			
<b>Завтрак</b>	Пудинг из творога	170	190
	Кофейный напиток с молоком	200	60
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
	<b>Итого</b>	<b>422</b>	<b>365,8</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	180	90
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>90</b>
<b>Обед</b>	Салат из свеклы	50	46,95
	Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	200	125
	Суфле из печени	70	115,31
	Рис отварной	150	180
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>621,76</b>
	<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Пряник		20	106,26
Яблоко		100	65
<b>Итого:</b>		<b>300</b>	<b>261,26</b>
<b>Ужин</b>	Картофель тушеный с мясом	200	270
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>398,86</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за четвертый день</b>	<b>2062</b>	<b>1737,68</b>