

МЕНЮ «21» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	150	170
	Какао с молоком	180	70
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	364	336,2
Второй завтрак	Сок	150	44,8
	Итого	150	44,8
Обед	Икра кабачковая	40	35,1
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Голубцы ленивые с мясом	160	220
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	501,41
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	44
	Итого:	275	199
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	129,16
	Огурец соленый кусочком	30	28,8
	Булочка домашняя	60	166,88
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	420	346,54
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	1749	1427,95

МЕНЮ «21» ЯНВАРЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	170	202
	Какао с молоком	200	87
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	415	414,8
Второй завтрак	Сок	180	44,8
	Итого	180	44,8
Обед	Икра кабачковая	50	46,8
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	145
	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	645,3
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	45
	Итого:	320	235
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	155
	Огурец соленый кусочком	50	36
	Булочка домашняя	80	214,56
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	480	438,62
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	2095	1778,52