

МЕНЮ «21» МАЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	150	160
	Какао с молоком	160	70
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	344	326,2
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	95	44
	Итого	195	88,8
Обед	Салат из свежих огурцов	40	35,1
	Суп картофельный рыбный	150	81,75
	Рулет рыбный с яйцом	60	107,85
	Пюре картофельное	120	120
	Компот из яблок	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	446,9
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Итого:	162	123,84
Ужин	Капуста тушеная с мясом	150	265
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	364	382,9
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	1625	1368,64

МЕНЮ «21» МАЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	175	202
	Какао с молоком	180	87
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	400	414,8
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	100	45
	Итого	200	89,8
Обед	Салат из свежих огурцов	60	46,8
	Суп картофельный рыбный	200	109
	Рулет рыбный с яйцом	70	163,8
	Пюре картофельное	150	163,4
	Компот из яблок	200	34
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	611
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Вафли	20	81,4
	Итого:	200	171,4
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	280
	Бутерброд с маслом	40	182
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	440	438,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	1970	1725,86

