

МЕНЮ «21» АВГУСТА 2025г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Энергетическая
День 4		блюда	ценность (ккал)
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	150	149
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого	364	264
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
Обед	Салат из свежих овощей	40	37,56
	Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	150	102
	Голубцы ленивые с мясом	160	220
	Компот из фруктов	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	484,76
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	78
	Яблоко	95	55
	Итого:	257	208
Ужин	Картофель тушеный с мясом	170	205,5
	½ яйца	20	31,5
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	400	328,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за четвертый день	1711	1353,46

МЕНЮ «21» АВГУСТА 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Энергетическая
День 4		блюда	ценность (ккал)
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	200	163
	Кофейный напиток с молоком	200	60
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого	445	318,8
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	180	85
Обед	Салат из свежих овощей	50	46,95
	Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	200	125
	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Компот из фруктов	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	619,95
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Печенье	20	106,26
	Яблоко	100	65
	Итого:	300	261,26
Ужин	Картофель тушеный с мясом	200	270
	½ яйца	20	31,5
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Итого:	460	430,36
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за четвертый день	2085	1715,37