

МЕНЮ «21» НОЯБРЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	150	169
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом и сыром	40	115,16
	Итого	370	351,16
Второй завтрак	Сок	150	44,8
	Итого	150	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	40	42,21
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Картофельная запеканка с отварным мясом	150	210,64
	Компот из сухофруктов	180	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	499,16
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	48,84
Банан		95	110
Итого:		257	233,84
Ужин	Капуста тушеная с мясом курицы	170	192
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	400	325,2
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	1737	1454,16

МЕНЮ «21» НОЯБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	200	193
	Кофейный напиток с молоком	200	77
	Бутерброд с маслом и сыром	52	189,9
	Итого	452	459,9
Второй завтрак	Сок	180	44,8
	Итого	180	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	60	52,77
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	145
	Картофельная запеканка с отварным мясом	150	236,5
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	710	588,77
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Пряник		20	106,6
Банан		100	125
Итого:		300	321,6
Ужин	Капуста тушеная с курицей	200	259
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	460	423,56
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	2102	1838,63

