

МЕНЮ «22» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 9</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая ячневая на молоке	150	149
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
	<b>Итого:</b>	<b>370</b>	<b>284</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	150	70
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>70</b>
	Салат из квашеной капусты	40	42,21
<b>Обед</b>	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Картофельная запеканка с отварным мясом	160	210,64
	Компот из изюма и кураги	150	48
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>492,16</b>
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
<b>Полдник</b>	Печенье	12	88
	Фрукт	95	45
	<b>Итого:</b>	<b>257</b>	<b>208</b>
<b>Ужин</b>	Капуста тушеная с мясом птицы	180	200,27
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	<b>Итого:</b>	<b>430</b>	<b>364,97</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за девятый день</b>	<b>1747</b>	<b>1419,13</b>

МЕНЮ «22» ЯНВАРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 9</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая ячневая на молоке	200	163
	Кофейный напиток с молоком	200	75
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
	<b>Итого</b>	<b>452</b>	<b>353,8</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	180	90
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>90</b>
<b>Обед</b>	Салат из квашеной капусты	50	52,77
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	175
	Картофельная запеканка с отварным мясом	200	236,6
	Компот из изюма и кураги	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>613,37</b>
<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Кондитерское изделие	20	141,8
	Фрукт	100	50
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>281,8</b>
<b>Ужин</b>	Капуста тушеная с мясом птицы	210	259
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	<b>Итого:</b>	<b>490</b>	<b>450,86</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за девятый день</b>	<b>2122</b>	<b>1789,83</b>