

МЕНЮ «22» МАЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	150	142,75
	Чай с молоком	150	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Яйцо вареное	40	63
	Итого	374	378,95
Второй завтрак	Напиток фруктовый	100	44,8
	Банан	95	76
	итого	195	120,8
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
	Итого:	180	155
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	129
	Огурец соленый кусочком	30	30
	Чай с сахаром	180	21,7
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого:	394	276,9
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	1683	1433,06

МЕНЮ «22» МАЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	200	191
	Чай с молоком	180	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Яйцо вареное	40	63
	Итого	465	472,86
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Банан	100	80
	Итого	200	124,8
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
Хлеб пшеничный		40	100
Итого:		220	190
Ужин	Картофель отварной с маслом	180	155
	Огурец соленый кусочком	50	36
	Чай с сахаром	200	33,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого:	475	349,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	2060	1782,82