

МЕНЮ «22» ИЮЛЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	150	177
	Кофейный напиток с молоком	150	67
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	334	340,2
Второй завтрак	Напиток из ягод	100	44,8
	Итого	100	44,8
Обед	Суп молочный	150	117
	Гуляш мясной	60	135
	Макаронные отварные с маслом	120	110,4
	Компот из ягод	150	34
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	520	471,6
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Итого:	162	123,84
Ужин	Каша гречневая молочная	150	172
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	360	273,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за первый день	1476	1254,14

МЕНЮ «22» ИЮЛЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	200	198,8
	Кофейный напиток с молоком	180	71
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	425	395,6
Второй завтрак	Напиток из ягод	100	44,8
	Итого	100	44,8
Обед	Суп молочный	200	156
	Гуляш мясной	80	171,2
	Макаронные отварные с маслом	150	138
	Компот из ягод	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	680	614,2
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Печенье	20	81,4
	Итого:	200	171,4
Ужин	Каша гречневая молочная	200	192
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	440	325,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за первый день	1845	1551,06