

МЕНЮ «22» НОЯБРЯ 2024г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	150	143,3
	Соус сметанный	20	30
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом с сыром	40	115,16
	Итого	390	365,46
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	44,8
	итого	150	44,8
Обед	Салат из моркови	40	37,56
	Суп картофельный с курой	150	90,9
	Мясо птицы в сметанном соусе	60	118
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из фруктов	180	35
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	590	485,82
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	44
	Итого:	275	199
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	160	125
	Сдоба обыкновенная	60	145
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	400	291,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<i>Итого за десятый день</i>	1805	1386,78

МЕНЮ «22» НОЯБРЯ 2024г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	170	212
	Соус сметанный	30	45
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом и сыром	52	189,9
	Итого	452	539,96
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	44,8
	итого	180	44,8
Обед	Салат из моркови	50	46,95
	Суп картофельный с курой	200	121,2
	Мясо птицы в сметанном соусе	70	148,07
	Картофель отварной	150	155
	Компот из фруктов	200	50
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	615,22
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	45
	Итого:	320	235
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	170	136,53
	Сдоба обыкновенная	80	182
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	450	351,59
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<i>Итого за десятый день</i>	2122	1786,57

