

МЕНЮ «23» ИЮНЯ 2025г 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	180	67
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого	364	314
Второй завтрак	Напиток из ягод	150	27
	Итого	150	27
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	40	36
	Суп картофельный с зелёным горошком	150	96
	Овощи тушеные с мясом	170	260,2
	Компот из фруктов	150	45
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	512,4
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Яблоко	95	44
	Итого:	257	167,84
Ужин	Запеканка из творога	160	143,3
	Соус сметанный	30	30
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	400	275
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за первый день	1721	1296,24

МЕНЮ «23» ИЮНЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	200	198,8
	Кофейный напиток с молоком	200	71
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого	445	365,6
Второй завтрак	Напиток из ягод	180	34
	Итого	180	34
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	50	48
	Суп картофельный с зелёным горошком	200	120
	Овощи тушеные с мясом	200	285,18
	Компот из фруктов	200	50
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	597,18
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
Полдник	Кондитерское изделие	20	81,4
	Яблоко	100	45
	Итого:	300	216,4
	Запеканка из творога	170	212
Ужин	Соус сметанный	30	45
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	111,6
	Итого:	440	401,66
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за первый день	2215	1614,84