

МЕНЮ «24» ОКТЯБРЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 9</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая ячневая на молоке	150	169
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом и сыром	34	96,2
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>332,2</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	150	44,8
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>44,8</b>
<b>Обед</b>	Салат из квашеной капусты	40	42,21
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Картофельная запеканка с отварным мясом	150	210,64
	Компот из сухофруктов	180	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>499,16</b>
	<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	48,84
Апельсин		95	94,2
<b>Итого:</b>		<b>257</b>	<b>218,04</b>
<b>Ужин</b>	Капуста тушеная	170	192
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>293,7</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за девятый день</b>	<b>1711</b>	<b>1387,9</b>

МЕНЮ «24» ОКТЯБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
<b>День 9</b>			
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая ячневая на молоке	200	193
	Кофейный напиток с молоком	200	77
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>395,8</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок	180	44,8
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>44,8</b>
<b>Обед</b>	Салат из квашеной капусты	60	52,77
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	145
	Картофельная запеканка с отварным мясом	150	236,5
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>588,77</b>
	<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Вафли		20	81,4
Апельсин		100	96,4
<b>Итого:</b>		<b>300</b>	<b>267,8</b>
<b>Ужин</b>	Капуста тушеная	200	259
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>392,06</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за девятый день</b>	<b>2075</b>	<b>1689,23</b>