

МЕНЮ «27» МАРТА 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая молочная ячневая	150	149
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
	<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>284</b>
Второй завтрак	Сок	150	70
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>70</b>
Обед	Салат из квашеной капусты	40	42,21
	Свекольник с мясом со сметаной	150	116,11
	Картофельная запеканка с отварным мясом	160	210,64
	Компот из изюма и кураги	150	48
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>492,16</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	88
	Яблоко	95	43,7
Ужин	<b>Итого:</b>	<b>257</b>	<b>206,7</b>
	Овощи тушеные с мясом	160	260,20
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
<b>Итого:</b>		<b>370</b>	<b>351,9</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
<b>Итого за девятый день</b>		<b>1687</b>	<b>1404,76</b>

МЕНЮ «27» МАРТА 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая молочная ячневая	200	163
	Кофейный напиток с молоком	200	75
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
	<b>Итого</b>	<b>452</b>	<b>353,8</b>
Второй завтрак	Сок	180	90
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>90</b>
Обед	Салат из квашеной капусты	50	52,77
	Свекольник с мясом со сметаной	200	175
	Картофельная запеканка с отварным мясом	200	236,6
	Компот из изюма и кураги	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>613,37</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Вафли	20	141,8
	Яблоко	100	46
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>277,8</b>
Ужин	Овощи тушеные с мясом	200	299,44
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>428,30</b>
<b>Итого:</b>		<b>150</b>	<b>0</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
<b>Итого за девятый день</b>		<b>2072</b>	<b>1763,27</b>

