

МЕНЮ «28» НОЯБРЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
День 4			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	177
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>340,2</b>
Второй завтрак	Сок	150	44,8
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>44,8</b>
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп картофельный рыбный	150	81,75
	Руллет рыбный с луком и яйцом	50	107,85
	Пюре картофельное	120	120
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>477,36</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Яблоко	95	44
	<b>Итого:</b>	<b>257</b>	<b>167,84</b>
Ужин	Рагу овощное с мясом	160	113,2
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	<b>Итого:</b>	<b>414</b>	<b>294,1</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за четвертый день</b>	<b>1785</b>	<b>1324,3</b>

МЕНЮ «28» НОЯБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 4			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	203
	Кофейный напиток с молоком	200	71
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>399,8</b>
Второй завтрак	Сок	180	44,8
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>44,8</b>
Обед	Салат из свеклы	50	46,95
	Суп картофельный рыбный	200	109
	Руллет рыбный с луком и яйцом	70	163,8
	Пюре картофельное	150	163,4
	Компот из сухофруктов	180	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>637,65</b>
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Печенье		20	81,4
Яблоко		100	45
<b>Итого:</b>		<b>300</b>	<b>216,4</b>
Ужин	Рагу овощное с мясом	180	124,44
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	<b>Итого:</b>	<b>465</b>	<b>346,3</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за четвертый день</b>	<b>2090</b>	<b>1644,95</b>

