

МЕНЮ «29» ЯНВАРЯ 2025г. ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Вых од блю да	Энергети ческая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150	173
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом	34	96,02
	Итого	364	346,2
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	27
	Итого	150	27
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп томатно-перловый	150	82
	Котлета мясная	50	96,28
	Рис отварной	120	166,6
	Компот из яблок	150	34
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	491,64
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Апельсин	95	70
	Итого:	257	193,84
Ужин	Рагу овощное	160	113,2
	Яйцо отварное	40	63
	Хлеб пшеничный	30	80
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	410	277,9
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	1731	1336,58

МЕНЮ «29» ЯНВАРЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блю да	Энергети ческая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	200	192
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	445	410,86
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	35
	Итого	180	35
Обед	Салат из свеклы	50	46,95
	Суп томатно-перловый	200	109
	Котлета мясная	70	125
	Рис отварной	150	208,4
	Компот из яблок	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	618,35
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Пряник		20	106,6
Апельсин		100	80
Итого:		300	276,6
Ужин	Рагу овощное	200	124,44
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	480	320,5
		Вода питьевая детская на весь день	150
	Итого за восьмой день	2125	1661,31

