

МЕНЮ «29» МАЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150	173
	Чай с молоком	150	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Яйцо отварное	40	63
	Итого	374	409,2
Второй завтрак	Напиток	100	44,8
	Апельсин	95	48
	Итого	195	92,8
Обед	Салат из свежих огурцов	40	37,56
	Суп картофельный рыбный	150	81,75
	Котлета рыбная	50	91
	Рис отварной	120	166,6
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	507,11
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	48,84
Итого:		162	123,84
Ужин	Рагу овощное с мясом	150	113,2
	Бутерброд с маслом	34	96,22
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	364	231,12
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	1645	1364,07

МЕНЮ «29» МАЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	200	192
	Чай с молоком	180	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Яйцо отварное	40	63
	Итого	465	473,86
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Апельсин	100	50
	Итого	200	94,8
Обед	Салат из свежих огурцов	50	46,95
	Суп картофельный рыбный	200	109
	Котлета рыбная	70	107
	Рис отварной	150	208,4
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	625,85
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Пряник		20	106,6
Итого:		200	196,6
Ужин	Рагу овощное с мясом	200	124,44
	Чай с сахаром	200	33,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого:	445	283,3
		Вода питьевая детская на весь день	150
	Итого за восьмой день	2030	1674,41