

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                             |
|                | <b>Итого</b>                       | <b>374</b>                     | <b>409,2</b>                   |
| Второй завтрак | Напиток                            | 100                            | 44,8                           |
|                | Апельсин                           | 95                             | 48                             |
|                | <b>Итого</b>                       | <b>195</b>                     | <b>92,8</b>                    |
| 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                           |
|                | <b>Итого:</b>                      | <b>550</b>                     | <b>507,11</b>                  |
|                | Полдник                            | Кисломолочный напиток /кефир / | 150                            |
| Печенье        |                                    | 12                             | 48,84                          |
| <b>Итого:</b>  |                                    | <b>162</b>                     | <b>123,84</b>                  |
| Ужин           | Рагу овощное с мясом               | 150                            | 113,2                          |
|                | Бутерброд с маслом                 | 34                             | 96,22                          |
|                | Чай с сахаром                      | 180                            | 21,7                           |
|                | <b>Итого:</b>                      | <b>364</b>                     | <b>231,12</b>                  |
|                | Вода питьевая детская на весь день | 150                            | 0                              |
|                | <b>Итого за восьмой день</b>       | <b>1645</b>                    | <b>1364,07</b>                 |

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                             |
|                | <b>Итого</b>                 | <b>465</b>                         | <b>473,86</b>                  |
| Второй завтрак | Сок                          | 100                                | 44,8                           |
|                | Апельсин                     | 100                                | 50                             |
|                | <b>Итого</b>                 | <b>200</b>                         | <b>94,8</b>                    |
| 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                             |
|                | <b>Итого:</b>                | <b>720</b>                         | <b>625,85</b>                  |
|                | Полдник                      | Кисломолочный напиток /кефир /     | 180                            |
| Пряник         |                              | 20                                 | 106,6                          |
| <b>Итого:</b>  |                              | <b>200</b>                         | <b>196,6</b>                   |
| Ужин           | Рагу овощное с мясом         | 200                                | 124,44                         |
|                | Чай с сахаром                | 200                                | 33,06                          |
|                | Бутерброд с маслом           | 45                                 | 125,8                          |
|                | <b>Итого:</b>                | <b>445</b>                         | <b>283,3</b>                   |
|                |                              | Вода питьевая детская на весь день | 150                            |
|                | <b>Итого за восьмой день</b> | <b>2030</b>                        | <b>1674,41</b>                 |