

МЕНЮ «29» ОКТЯБРЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	150	142,75
	Чай с молоком	170	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	354	315,95
Второй завтрак	Сок	150	44,8
	итого	150	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	40	42,21
	Суп картофельный рыбный	150	81,75
	Рулет рыбный с луком и яйцом	60	107,85
	Пюре картофельное	120	120
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	482,01
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	48,84
Яблоко		95	44
Итого:		257	167,84
Ужин	Капуста тушеная	160	132
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яйцо	40	63
	Итого:	410	296,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	1731	1307,3

МЕНЮ «29» ОКТЯБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	200	191
	Чай с молоком	180	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	425	409,86
Второй завтрак	Сок	180	44,8
	Итого	180	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	50	52,77
	Суп картофельный рыбный	200	109
	Рулет рыбный с луком и яйцом	70	163,8
	Пюре картофельное	150	163,4
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	643,47
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Печенье		20	81,4
Яблоко		100	45
Итого:		300	216,4
Ужин	Капуста тушеная	200	156
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яйцо	40	63
	Итого:	480	352,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за второй день	2105	1666,59