

МЕНЮ «29» НОЯБРЯ 2024г. ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Пудинг из творога	150	143,3
	Соус сметанный	20	30
	Чай с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	384	336,5
	Второй завтрак	Напиток из ягод	150
Итого		150	27
Обед	Салат из моркови	40	35,1
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	93,9
	Биточки мясные	50	116
	Греча отварная рассыпчатая	120	93
	Компот из фруктов	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	440,2
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Хлеб пшеничный		30	80
Яблоко		95	44
Итого:		275	199
Ужин	Салат картофельный	160	190,4
	Чай с сахаром	180	21,7
	Ватрушка с повидлом	60	123,14
	Итого:	400	335,24
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	1759	1337,94

МЕНЮ «29» НОЯБРЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Пудинг из творога	170	212
	Соус сметанный	30	45
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	445	475,86
	Второй завтрак	Напиток из ягод	180
Итого		180	34
Обед	Салат из свеклы	60	46,8
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	125,2
	Биточки куриные	70	155
	Греча отварная рассыпчатая	150	128
	Компот из фруктов	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	584
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Хлеб пшеничный		40	100
Яблоко		100	45
Итого:		320	235
Ужин	Салат картофельный	180	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с повидлом	80	175,3
	Итого:	460	424,36
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2135	1753,22

МЕНЮ «29» НОЯБРЯ 2024Г САД