

| МЕНЮ «29» ДЕКАБРЯ 2025г ЯСЛИ |                                       |             |                                |
|------------------------------|---------------------------------------|-------------|--------------------------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда                    | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 6                       |                                       |             |                                |
| Завтрак                      | Омлет натуральный с маслом            | 150         | 165                            |
|                              | Кофейный напиток с молоком            | 180         | 45                             |
|                              | Бутерброд с маслом                    | 34          | 70                             |
|                              | <b>Итого</b>                          | <b>364</b>  | <b>280</b>                     |
| Второй завтрак               | Напиток фруктовый                     | 150         | 68                             |
|                              | <b>Итого</b>                          | <b>150</b>  | <b>68</b>                      |
| Обед                         | Салат из моркови                      | 40          | 30,2                           |
|                              | Суп свекольник, с мясом и со сметаной | 150         | 116,11                         |
|                              | Жаркое по-домашнему                   | 160         | 210                            |
|                              | Компот из фруктов                     | 150         | 50                             |
|                              | Хлеб ржано-пшеничный                  | 40          | 75,2                           |
|                              | <b>Итого:</b>                         | <b>540</b>  | <b>481,51</b>                  |
| Полдник                      | Компот из сухофруктов                 | 150         | 75                             |
|                              | Печенье                               | 12          | 68                             |
|                              | Яблоко                                | 95          | 70                             |
|                              | <b>Итого:</b>                         | <b>257</b>  | <b>213</b>                     |
|                              | Пудинг пшеничный                      | 170         | 240,99                         |
| Ужин                         | Повидло фруктовое                     | 20          | 20,5                           |
|                              | Хлеб пшеничный                        | 30          | 70                             |
|                              | Чай с сахаром                         | 180         | 21,7                           |
|                              | <b>Итого:</b>                         | <b>400</b>  | <b>353,19</b>                  |
|                              | Вода питьевая детская на весь день    | 150         | 0                              |
|                              | <b>Итого за шестой день</b>           | <b>1711</b> | <b>1395,7</b>                  |
|                              |                                       |             |                                |

| МЕНЮ «29» ДЕКАБРЯ 2025г САД |                                       |             |                                |
|-----------------------------|---------------------------------------|-------------|--------------------------------|
| Прием пищи                  | Наименование блюда                    | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 6                      |                                       |             |                                |
| Завтрак                     | Омлет натуральный с маслом            | 180         | 180                            |
|                             | Кофейный напиток с молоком            | 200         | 75                             |
|                             | Бутерброд с маслом                    | 45          | 95,8                           |
|                             | <b>Итого</b>                          | <b>425</b>  | <b>350,8</b>                   |
| Второй завтрак              | Напиток фруктовый                     | 180         | 85                             |
|                             | <b>Итого</b>                          | <b>180</b>  | <b>85</b>                      |
| Обед                        | Салат из моркови                      | 50          | 34,82                          |
|                             | Суп свекольник, с мясом и со сметаной | 200         | 175                            |
|                             | Жаркое по-домашнему                   | 200         | 280                            |
|                             | Компот из фруктов                     | 200         | 60                             |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                  | 50          | 94                             |
|                             | <b>Итого:</b>                         | <b>700</b>  | <b>643,82</b>                  |
|                             |                                       |             |                                |
| Полдник                     | Компот из сухофруктов                 | 180         | 90                             |
|                             | Печенье                               | 20          | 141,4                          |
|                             | Яблоко                                | 100         | 40                             |
|                             | <b>Итого:</b>                         | <b>300</b>  | <b>271,4</b>                   |
| Ужин                        | Пудинг пшеничный                      | 200         | 280,66                         |
|                             | Повидло фруктовое                     | 20          | 30                             |
|                             | Хлеб пшеничный                        | 40          | 95,8                           |
|                             | Чай с сахаром                         | 200         | 33,06                          |
|                             | <b>Итого:</b>                         | <b>460</b>  | <b>439,52</b>                  |
|                             | Вода питьевая детская на весь день    | 150         | 0                              |
|                             | <b>Итого за шестой день</b>           | <b>2065</b> | <b>1790,54</b>                 |