

МЕНЮ «30» ЯНВАРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	200	193
	Кофейный напиток с молоком	200	71
	Бутерброд с маслом и сыром	52	189,9
	Итого	452	453,9
Второй завтрак	Сок	180	44,8
	Итого	180	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	50	52,77
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	145
	Картофельная запеканка с отварным мясом	200	236,6
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	588,77
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Кондитерское изделие		20	81,4
Апельсин		100	80
Итого:		300	251,4
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	259
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	440	392,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	2072	1730,93

МЕНЮ «30» ЯНВАРЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	150	169
	Кофейный напиток с молоком	180	67
	Бутерброд с маслом и сыром	40	115,16
	Итого	370	351,16
Второй завтрак	Сок	150	44,8
	Итого	150	44,8
Обед	Салат из квашеной капусты	40	42,21
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	160	210,64
	Компот из сухофруктов	180	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	570	499,16
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	48,84
Апельсин		95	70
Итого:		257	193,84
Ужин	Капуста тушеная с мясом	160	193
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	370	356,97
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	1717	1445,93

