

| МЕНЮ «30» ОКТЯБРЯ 2025г ЯСЛИ |                                    |             |                                |
|------------------------------|------------------------------------|-------------|--------------------------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда                 | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 4                       |                                    |             |                                |
| Завтрак                      | Каша манная                        | 150         | 100                            |
|                              | Кофейный напиток с молоком         | 180         | 45                             |
|                              | Бутерброд с маслом и сыром         | 40          | 90                             |
|                              | <b>Итого</b>                       | <b>370</b>  | <b>235</b>                     |
|                              |                                    |             |                                |
| Второй завтрак               | Сок                                | 150         | 70                             |
|                              | <b>Итого</b>                       | <b>150</b>  | <b>70</b>                      |
| Обед                         | Икра кабачковая                    | 40          | 35,1                           |
|                              | Суп борщ с мясом и со сметаной     | 150         | 120,3                          |
|                              | Суфле из печени                    | 50          | 98                             |
|                              | Рис отварной                       | 120         | 138,9                          |
|                              | Компот из сухофруктов              | 150         | 55                             |
|                              | Хлеб ржано-пшеничный               | 40          | 75,2                           |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>550</b>  | <b>522,5</b>                   |
|                              |                                    |             |                                |
| Полдник                      | Кисломолочный напиток /кефир /     | 150         | 75                             |
|                              | Печенье                            | 12          | 78                             |
|                              | Фрукт                              | 95          | 55                             |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>257</b>  | <b>208</b>                     |
|                              |                                    |             |                                |
| Ужин                         | Картофель тушеный с курой          | 170         | 205,5                          |
|                              | Чай с сахаром                      | 180         | 21,7                           |
|                              | Бутерброд с маслом                 | 34          | 70                             |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>384</b>  | <b>297,2</b>                   |
|                              | Вода питьевая детская на весь день | 150         | 0                              |
|                              | <b>Итого за четвертый день</b>     | <b>1711</b> | <b>1332,7</b>                  |
|                              |                                    |             |                                |
|                              |                                    |             |                                |

| МЕНЮ «30» ОКТЯБРЯ 2025г САД |                                    |              |                                |
|-----------------------------|------------------------------------|--------------|--------------------------------|
| Прием пищи                  | Наименование блюда                 | Выход блюд а | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 4                      |                                    |              |                                |
| Завтрак                     | Каша манная                        | 200          | 125                            |
|                             | Кофейный напиток с молоком         | 200          | 60                             |
|                             | Бутерброд с маслом и сыром         | 52           | 116                            |
|                             | <b>Итого</b>                       | <b>452</b>   | <b>301</b>                     |
| Второй завтрак              | Сок                                | 180          | 90                             |
|                             | <b>Итого</b>                       | <b>180</b>   | <b>90</b>                      |
| Обед                        | Салат из свеклы                    | 50           | 46,8                           |
|                             | Суп борщ с мясом и сметаной        | 200          | 160                            |
|                             | Суфле из печени                    | 70           | 125                            |
|                             | Рис отварной                       | 150          | 166                            |
|                             | Компот из сухофруктов              | 200          | 60,5                           |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный               | 50           | 94                             |
|                             | <b>Итого:</b>                      | <b>720</b>   | <b>652,3</b>                   |
|                             |                                    |              |                                |
| Полдник                     | Кисломолочный напиток /кефир /     | 180          | 90                             |
|                             | Вафли                              | 20           | 106                            |
|                             | Фрукт                              | 100          | 65                             |
|                             | <b>Итого:</b>                      | <b>300</b>   | <b>261</b>                     |
| Ужин                        | Картофель тушеный с курой          | 200          | 270                            |
|                             | Чай с сахаром                      | 200          | 33,06                          |
|                             | Бутерброд с маслом                 | 45           | 95,8                           |
|                             | <b>Итого:</b>                      | <b>445</b>   | <b>398,86</b>                  |
|                             | Вода питьевая детская на весь день | 150          | 0                              |
|                             | <b>Итого за четвертый день</b>     | <b>2097</b>  | <b>1703,16</b>                 |
|                             |                                    |              |                                |
|                             |                                    |              |                                |