

МЕНЮ «31» МАЯ 2024г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	150	143,3
	Соус сметанный	20	30
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	384	346,5
Второй завтрак	Напиток из ягод	100	44,8
	Яблоко	95	44
	итого	195	88,8
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп картофельный с курой	150	90,9
	Мясо птицы в сметанном соусе	60	118
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из фруктов	180	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	590	474,82
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Хлеб пшеничный		30	80
Итого:		180	155
Ужин	Каша гречневая молочная	150	160
	½ яйца	20	31,5
	Колоб картофельный	60	145
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	410	358,2
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<i>Итого за десятый день</i>	1759	1423,32

МЕНЮ «31» МАЯ 2024г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	170	212
	Соус сметанный	30	45
	Чай с молоком	200	77
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	445	459,8
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	100	45
	итого	200	89,8
Обед	Салат из свеклы	50	46,95
	Суп картофельный с курой	200	121,2
	Мясо птицы в сметанном соусе	70	148
	Картофель отварной	150	155
	Компот из фруктов	200	34
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	599,15
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Вафли		40	100
Итого:		220	190
Ужин	Каша гречневая молочная	180	193
	½ яйца	20	31,5
	Сдоба обыкновенная	80	182
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	480	439,56
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<i>Итого за десятый день</i>	2065	1778,31