

МЕНЮ «02» ОКТЯБРЯ 2026г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Каша вязкая пшениная молочная	150	125
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого	364	260
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
	Салат из отварной моркови	40	42,75
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	150	100,9
	Мясо птицы в сметанном соусе	60	118
Полдник	Греча отварная рассыпчатая	120	115
	Компот из ягод	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	478,85
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
Ужин	Печенье	12	68
	Итого:	162	143
	Запеканка из творога	150	123,3
	Соус сметанный	20	25
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	380	240
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	1616	1189,85

МЕНЮ «02» ОКТЯБРЯ 2026г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Каша вязкая пшениная молочная	200	131
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого	445	319,86
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	180	85
Обед	Салат из отварной моркови	60	57
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	121,2
	Мясо птицы в сметанном соусе	70	148,07
	Греча отварная рассыпчатая	150	128
	Компот из ягод	200	45
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	593,27
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Печенье	20	141,4
	Итого:	200	231,4
Ужин	Запеканка из творога	170	145
	Соус сметанный	30	35
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	90
	Итого:	440	303,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	1995	1532,59