

МЕНЮ «03» АПРЕЛЯ 2026г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	150	123,3
	Соус сметанный	20	25
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
Второй завтрак	Итого	384	283,3
	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
Обед	Суп свекольник с курой и со сметаной	150	116,11
	Мясо птицы в сметанном соусе	60	118
	Картофель отварной	120	129,16
	Салат из отварной моркови	40	42,75
	Компот из ягод	150	27
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	508,22
Ужин	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Банан	95	60
	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	275	205
	Каша гречневая рассыпчатая	120	112,45
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Булочка домашняя	60	145
	Итого:	400	342,15
	Итого за десятый день	1769	1406,67

МЕНЮ «03» АПРЕЛЯ 2026г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	170	145
	Соус сметанный	30	35
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
Второй завтрак	Итого	445	368,86
	Напиток фруктовый	180	85
Обед	Итого	180	85
	Суп свекольник с мясом курицы и со сметаной	200	175
	Мясо птицы в сметанном соусе	70	148,07
	Картофель отварной	150	155
	Салат из отварной моркови	60	57
	Компот из фруктов	200	45
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
Полдник	Итого:	730	674,07
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
Ужин	Банан	100	70
	Хлеб пшеничный	40	90
	Итого:	320	250
	Каша гречневая рассыпчатая	150	146,53
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Булочка домашняя	80	195
	Итого:	470	437,59
	Итого за десятый день	2145	1815,52