

МЕНЮ «20» АВГУСТА 2026г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	150	149
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
	Итого	370	284
Второй завтрак	Сок	150	70
	Итого	150	70
Обед	Салат из свеж.овощей с зеленью	40	38,8
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Картофельная запеканка с отварным мясом	160	210,64
	Компот из изюма и кураги	150	48
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	488,75
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	78
	Фрукт	95	45
	Итого:	257	198
Ужин	Овощи тушеные с мясом	160	200,27
	Чай с сахаром	180	21,7
	Яйцо вареное	40	63
	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	370	291,97
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	1687	1332,72
МЕНЮ «20» АВГУСТА 2026г САД			

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	200	163
	Кофейный напиток с молоком	200	75
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
	Итого	452	353,8
Второй завтрак	Сок	180	90
	Итого	180	90
Обед	Салат из свеж.овощей с зеленью	50	46
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	175
	Картофельная запеканка с отварным мясом	200	236,5
	Компот из изюма и кураги	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	700	606,5
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Кондитерское изделие	20	161,6
	Фрукт	100	50
	Итого:	300	301,6
Ужин	Капуста тушеная с мясом куры	200	259
	Чай с сахаром	200	33,06
	Яйцо вареное	40	63
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Итого:	440	387,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	2072	1739,76