МЕНЮ «22» АПРЕЛЯ 2026г ЯСЛИ			
Прием пищи **День 3**	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	150	140
	Чай с молоком	180	75
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого	**364**	**285**
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	итого	**150**	**68**
Обед	Свежий огурец кусочком	40	42,21
	Суп картофельный рыбный с крупой	150	96,75
	Рулет рыбный с луком и яйцом	60	100,85
	Пюре картофельное	120	120
	Компот из яблок и изюма	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	**560**	**485,01**
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	84,48
	Фрукт	95	70
	Итого:	**257**	**229,48**
Ужин	Капуста тушеная с мясом	180	200
	Яйцо вареное 1/2	20	31,5
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	**410**	**323,2**
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	**1741**	**1390,69**

МЕНЮ «22» АПРЕЛЯ 2026г САД			
Прием пищи **День 3**	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	200	180
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого	**445**	**368,86**
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	**180**	**85**
Обед	Свежий огурец кусочком	60	52,77
	Суп картофельный рыбный с крупой	200	109
	Рулет рыбный с луком и яйцом	70	130,8
	Пюре картофельное	150	160,4
	Компот из яблок и изюма	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	**730**	**601,97**
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Вафли	20	106,6
	Фрукт	100	80
	Итого:	**300**	**276,6**
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	260
	Яйцо вареное 1/2	20	31,5
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Итого:	**460**	**420,36**
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	**2115**	**1752,79**