

МЕНЮ «29» МАЯ 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
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп рыбный с крупой	150	81,75
	Котлета мясная	50	110,8
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из яблок	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
Полдник	Итого:	550	461,47
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Фрукт	95	60
Ужин	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	275	205
	Каша гречневая рассыпчатая	120	112,45
	Чай с сахаром	180	21,7
	Ватрушка с творогом	60	113,39
	Итого:	360	247,54
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	1699	1242,01

МЕНЮ «29» МАЯ 2026г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	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 свеклы	50	46,95
	Суп рыбный с крупой	200	110
	Котлета мясная	70	125
	Картофель отварной	150	155
	Компот из яблок	200	45
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
Полдник	Итого:	720	575,95
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Фрукт	100	70
	Хлеб пшеничный	40	90
	Итого:	320	250
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	150	146,53
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с творогом	80	175,3
	Итого:	430	354,89
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
Итого за десятый день		2095	1585,7