

МЕНЮ «02» АВГУСТА 2024г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	150	169
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
	Итого	384	373,7
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	итого	100	44,8
Обед	Свекла отварная кусочком	40	37,56
	Суп картофельный рыбный	150	81,75
	Котлета рыбная	50	81
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из фруктов	180	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	580	431,67
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	48,84
Итого:		162	123,84
Ужин	Каша гречневая молочная	150	160
	Яблоко	95	44
	Хлеб пшеничный	30	80
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	455	305,7
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<i>Итого за десятый день</i>	1681	1279,71

МЕНЮ «02» АВГУСТА 2024г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Каша вязкая ячневая на молоке	200	193
	Чай с молоком	200	77
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
	Итого	465	427,3
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	итого	100	44,8
Обед	Свекла отварная кусочком	50	46,95
	Суп картофельный рыбный	200	109
	Котлета рыбная	60	107
	Картофель отварной	150	155
	Компот из фруктов	200	34
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	710	545,95
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Печенье		20	81,4
Итого:		200	171,4
Ужин	Каша гречневая молочная	180	193
	Яблоко	100	45
	Хлеб пшеничный	40	100
	Чай с сахаром	200	33,06
	Итого:	520	371,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<i>Итого за десятый день</i>	1995	1560,51

