

МЕНЮ «04» ИЮЛЯ 2025г 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
	Итого	384	283,3
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
Обед	Салат из отварной моркови.	40	42,75
	Суп картофельный с курой	150	100,9
	Мясо птицы в сметанном соусе	60	118
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из ягод	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
Полдник	Итого:	560	493,01
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	60
Ужин	Итого:	275	215
	Каша гречневая рассыпчатая	130	112,45
	Чай с сахаром	180	21,7
	Сдоба обыкновенная	60	143,14
	Итого:	370	277,29
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	1739	1336,6

МЕНЮ «04» ИЮЛЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	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
	Итого	445	368,86
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	180	85
Обед	Салат из отварной моркови.	60	57
	Суп картофельный с курой	200	121,2
	Мясо птицы в сметанном соусе	70	148,07
	Картофель отварной	150	155
	Компот из ягод	200	45
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
Полдник	Итого:	730	620,27
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	70
Ужин	Итого:	320	260
	Каша гречневая рассыпчатая	160	146,53
	Чай с сахаром	200	33,06
	Сдоба обыкновенная	80	185,3
	Итого:	440	364,89
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	2115	1699,02