

МЕНЮ «05» ИЮНЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	150	142,75
	Чай с молоком	150	77
	Бутерброд с маслом и сыром	40	115,16
	Итого	340	334,91
Второй завтрак	Напиток фруктовый	100	44,8
	Банан	95	76
	итого	195	120,8
Обед	Салат из свежих огурцов с зеленью	40	35,1
	Суп картофельный рыбный	150	81,75
	Рулет рыбный с луком и яйцом	60	107,85
	Пюре картофельное	120	120
	Компот из яблок и изюма	150	48
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	467,9
	Полдник	Кисломолочный напиток / кефир	150
Печенье		12	48,84
Итого:		162	123,84
Ужин	Капуста тушеная с мясом	150	265
	Чай с сахаром	180	21,7
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого:	364	382,9
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	1621	1430,35

МЕНЮ «05» ИЮНЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Каша вязкая молочная дружба	200	191
	Чай с молоком	180	93,06
	Бутерброд с маслом и сыром	52	189,9
	Итого	432	473,96
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Банан	100	80
	Итого	200	124,8
Обед	Салат из свежих огурцов с зеленью	50	46,8
	Суп картофельный рыбный	200	109
	Рулет рыбный с луком и яйцом	70	163,8
	Пюре картофельное	150	163,4
	Компот из яблок и изюма	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	632
	Полдник	Кисломолочный напиток / кефир	180
Вафли		20	81,4
Итого:		200	171,4
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	280
	Чай с сахаром	200	33,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого:	445	438,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за третий день	1997	1841,02