

МЕНЮ «05» АВГУСТА 2024г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	150	177
	Кофейный напиток с молоком	150	67
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	334	340,2
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Итого	100	44,8
Обед	Суп томатно-перловый	150	116
	Котлета из говядины	50	96,28
	Макароны отварные с маслом	120	110,4
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	510	452,88
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Итого:	162	123,84
Ужин	Запеканка из творога	140	143,3
	Соус сметанный	20	30
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	44
	Итого:	465	319
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за первый день	1571	1280,72

МЕНЮ «05» АВГУСТА 2024г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	200	198,8
	Кофейный напиток с молоком	180	71
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	425	395,6
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Итого	100	44,8
Обед	Суп томатно-перловый	200	145
	Котлета из говядины	70	125
	Макароны отварные с маслом	150	138
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	670	562,5
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Вафли	20	81,4
	Итого:	200	171,4
Ужин	Запеканка из творога	170	212
	Соус сметанный	30	45
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	45
	Итого:	540	435,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за первый день	1845	1609,36