

МЕНЮ «08» ИЮЛЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	150	140
	Какао с молоком	180	50
	Бутерброд с маслом	34	70
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>260</b>
Второй завтрак	Сок	150	70
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>70</b>
Обед	Салат из свеж.овощей с зеленью	50	42,2
	Борщ с капустой,с мясом и со сметаной	150	93
	Голубцы ленивые с мясом	160	220
	Компот из изюма и кураги	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>485,4</b>
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
Полдник	Хлеб пшеничный	30	80
	Яблоко	95	50
	<b>Итого:</b>	<b>275</b>	<b>205</b>
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	129,16
	Огурец сол.кусочком	40	35,1
	Ватрушка с творогом	60	160,88
	Чай с сахаром	180	21,7
	<b>Итого:</b>	<b>430</b>	<b>346,84</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за второй день</b>	<b>1769</b>	<b>1367,24</b>

МЕНЮ «08» ИЮЛЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 2			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	170	170
	Какао с молоком	200	70
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>335,8</b>
Второй завтрак	Сок	180	90
	<b>итого</b>	<b>180</b>	<b>90</b>
Обед	Салат из свеж.овощей с зеленью	60	52,7
	Борщ с капустой,с мясом и со сметаной	200	124
	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Компот из изюма и кураги	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>630,2</b>
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Яблоко	100	70
	<b>Итого:</b>	<b>320</b>	<b>260</b>
Ужин	Картофель отварной с маслом	180	165
	Огурец сол.кусочком	50	46,8
	Ватрушка с творогом	80	185,65
	Чай с сахаром	200	33,06
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>430,51</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за второй день</b>	<b>2135</b>	<b>1746,51</b>