

МЕНЮ «12» ДЕКАБРЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшенная молочная	150	125
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
	½ яйца	20	31,5
Второй завтрак	Итого	384	291,5
	Напиток фруктовый	150	68
Обед	Итого	150	68
	Икра морковная	40	35,1
Полдник	Суп гороховый	150	103,9
	Биточки куриные	50	116
	Гречка отварная рассыпчатая	120	115
	Компот ягодный	180	45
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	580	490,2
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	70
	Мандарин	95	50
	Итого:	275	195
Ужин	Салат картофельный с зеленым горошком	160	190,4
	Чай с сахаром	180	21,7
	Сдоба обыкновенная	60	143,14
	Итого:	400	355,24
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	1789	1399,94

МЕНЮ «12» ДЕКАБРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшенная молочная	200	131
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	½ яйца	20	31,5
Второй завтрак	Итого	465	351,36
	Напиток фруктовый	180	85
Обед	итого	180	85
	Икра морковная	60	46,8
	Суп гороховый	200	125,2
	Биточки куриные	70	155
	Гречка отварная рассыпчатая	150	128
	Компот ягодный	200	65
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	614
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Мандарин	100	70
Ужин	Итого:	320	255,8
	Салат картофельный с зеленым горошком	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Сдоба обыкновенная	80	185,3
	Итого:	480	434,36
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2175	1740,52