

МЕНЮ «17» СЕНТЯБРЯ 2025г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	150	140
	Чай с молоком	180	75
	Бутерброд с маслом	34	70
	<b>Итого</b>	<b>364</b>	<b>285</b>
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>68</b>
Обед	Салат из свежих овощей	40	42,21
	Суп картофельный рыбный	150	96,75
	Рулет рыбный с луком и яйцом	60	100,85
	Пюре картофельное	120	120
	Компот из яблок	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>485,01</b>
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Печенье		12	84,48
Слива		95	70
<b>Итого:</b>		<b>257</b>	<b>229,48</b>
Ужин	Капуста тушеная с мясом	160	200
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	<b>Итого:</b>	<b>370</b>	<b>291,7</b>
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	<b>Итого за третий день</b>	<b>1701</b>	<b>1359,19</b>

МЕНЮ «17» СЕНТЯБРЯ 2025г САД				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
День 3				
Завтрак	Омлет натуральный с маслом	170	170	
	Чай с молоком	200	93,06	
	Бутерброд с маслом	45	95,8	
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>358,86</b>	
	Напиток фруктовый	180	85	
Второй завтрак	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>85</b>	
	Салат из свежих овощей	60	52,77	
Обед	Суп картофельный рыбный	200	109	
	Рулет рыбный с луком и яйцом	70	130,8	
	Пюре картофельное	150	160,4	
	Компот из яблок	200	55	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94	
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>601,97</b>	
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
		Печенье	20	106,6
Слива		100	80	
<b>Итого:</b>		<b>300</b>	<b>276,6</b>	
Ужин	Капуста тушеная с мясом	200	260	
	Чай с сахаром	200	33,06	
	Хлеб пшеничный	40	95,8	
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>388,86</b>	
	Вода питьевая детская на весь день	150	0	
	<b>Итого за третий день</b>	<b>2065</b>	<b>1711,29</b>	