

МЕНЮ «17» ДЕКАБРЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150	100
	Чай с молоком	180	60
	Бутерброд с маслом	34	70
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
Второй завтрак	Итого	384	261,5
	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
Обед	Салат из свеклы	40	37,56
	Суп картофельный рыбный	150	81,75
	Котлета рыбная	50	91
	Рис отварной	120	156,6
	Компот из фруктов	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	492,11
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	68
	Фрукт	95	65
	Итого:	257	208
	Рагу овощное с мясом	160	260,2
Ужин	Хлеб пшеничный	30	70
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	370	351,9
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	1711	1381,51

МЕНЮ «17» ДЕКАБРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	200	125
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Яйцо отварное 1/2	20	31,5
Второй завтрак	Итого	465	345,36
	Напиток фруктовый	180	85
Обед	Итого	180	85
	Салат из свеклы	50	46,95
	Суп картофельный рыбный	200	115
	Котлета рыбная	70	130
	Рис отварной	150	188,4
	Компот из фруктов	200	60
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
Полдник	Итого:	720	634,35
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Пряник	20	106,26
	Фрукт	100	75
	Итого:	300	271,26
Ужин	Рагу овощное с мясом	200	299,44
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Итого:	440	428,3
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	2105	1764,27