

МЕНЮ «18» ИЮНЯ 2025г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	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
	Итого	404	293
Второй завтрак	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 яблок	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	492,11
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	68
	Яблоко	95	50
	Итого:	257	193
Ужин	Рагу овощное с мясом	190	260,2
	Хлеб пшеничный	30	70
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	400	351,9
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	1741	1366,51

МЕНЮ «18» ИЮНЯ 2025г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	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
	Итого	465	345,36
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	180	85
Обед	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
	Итого:	720	634,35
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Печенье	20	106,26
	Апельсин	100	75
	Итого:	300	271,26
Ужин	Рагу овощное с мясом	210	299,44
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Итого:	450	428,3
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	2115	1764,27