

МЕНЮ «18» ДЕКАБРЯ 2025г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Запеканка из творога	150	123,3
	Соус сметанный	20	25
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
Второй завтрак	Итого	390	283,3
	Сок	150	70
	Итого	150	70
Обед	Салат из квашеной капусты	40	42,21
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	150	116,11
	Жаркое по-домашнему	150	210,64
	Компот из изюма и кураги	150	48
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
Полдник	Итого:	530	492,16
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	88
	Яблоко	95	45
Ужин	Итого:	257	208
	Капуста тушеная с мясом куры	160	200,27
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	410	354,97
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	1737	1408,43

МЕНЮ «18» ДЕКАБРЯ 2025г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9			
Завтрак	Запеканка из творога	170	145
	Соус сметанный	30	35
	Кофейный напиток с молоком	200	75
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
Второй завтрак	Итого	452	370,8
	Сок	180	90
Обед	Итого	180	90
	Салат из квашеной капусты	50	52,77
	Суп свекольник, с мясом и со сметаной	200	175
	Жаркое по-домашнему	200	236,5
	Компот из изюма и кураги	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
Полдник	Итого:	700	613,27
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Кондитерское изделие	20	141,8
	Яблоко	100	50
Ужин	Итого:	300	281,8
	Капуста тушеная с мясом куры	200	259
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Итого:	480	450,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за девятый день	2112	1806,73