

МЕНЮ «19» МАРТА 2024г. ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	159,75
	Какао с молоком	150	70
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	334	325,95
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	95	44
	Итого	195	88,8
Обед	Щи с мясом и со сметаной	150	88,5
	Суфле из печени	50	84,56
	Макаронные изделия отварные с маслом	120	110,4
	Компот из яблок и кураги	150	46
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	510	404,66
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Хлеб пшеничный		30	80
Итого:		180	155
Ужин	Винегрет овощной	150	162
	Яйцо отварное	40	63
	Ватрушка с творогом	60	123,39
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	430	370,09
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	1649	1344,5

МЕНЮ «19» МАРТА 2024г. ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	159,75
	Какао с молоком	150	70
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	334	325,95
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	95	44
	Итого	195	88,8
Обед	Щи с мясом и со сметаной	150	88,5
	Суфле из печени	50	84,56
	Макаронные изделия отварные с маслом	120	110,4
	Компот из яблок и кураги	150	46
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	510	404,66
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Хлеб пшеничный		30	80
Итого:		180	155
Ужин	Винегрет овощной	150	162
	Яйцо отварное	40	63
	Ватрушка с творогом	60	123,39
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	430	370,09
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	1649	1344,5

МЕНЮ «19» МАРТА 2024г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	197
	Какао с молоком	180	87
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	425	409,8
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	100	45
	итого	200	89,8
Обед	Щи с мясом и со сметаной	200	118
	Суфле из печени	70	115,31
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	141,7
	Компот из яблок и кураги	200	59
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	670	528,01
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	220	190
Ужин	Винегрет овощной	200	184,6
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с творогом	80	165,3
	Итого:	520	445,96
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	2035	1663,57

МЕНЮ «19» МАРТА 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	197
	Какао с молоком	180	87
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	425	409,8
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	100	45
	итого	200	89,8
Обед	Щи с мясом и со сметаной	200	118
	Суфле из печени	70	115,31
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	141,7
	Компот из яблок и кураги	200	59
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	670	528,01
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	220	190
Ужин	Винегрет овощной	200	184,6
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с творогом	40	165,3
	Итого:	520	445,96
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	2035	1663,57