

МЕНЮ «27» ИЮЛЯ 2026г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	180	135
	Кофейный напиток с молоком	150	45
	Бутерброд с маслом	34	70
	Итого:	364	250
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68
	Итого:	150	68
	Суп картофельный с крупой	150	96
	Голубцы ленивые с мясом	160	220
	Компот из фруктов	150	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	500	441,2
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	78
	Фрукт	95	50
	Итого:	257	203
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	129,16
	Икра кабачковая	40	35,1
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	400	255,96
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за первый день	1671	1218,16

МЕНЮ «27» ИЮЛЯ 2026г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 1			
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными Геркулес	200	158,8
	Кофейный напиток с молоком	200	75
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	Итого:	445	329,6
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого:	180	85
	Суп картофельный с крупой	200	120
	Голубцы ленивые с мясом	200	299
	Компот из фруктов	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	650	568
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Кондитерское изделие	20	106,26
	Фрукт	100	65
	Итого:	300	261,26
Ужин	Картофель отварной с маслом	180	165
	Икра кабачковая	50	46,8
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Итого:	470	340,66
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за первый день	2045	1584,52