

МЕНЮ «29» МАРТА 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	203
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого	465	453,36
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Банан	100	91
	Итого	200	135,8
Обед	Салат из отварной моркови	50	34,8
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	125,2
	Биточки куриные	70	155
	Греча отварная рассыпчатая	150	128
	Компот из ягод	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	584
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	220	190
Ужин	Салат картофельный	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Булочка домашняя	80	214,56
	Итого:	480	463,62
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2095	1826,78

МЕНЮ «29» МАРТА 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	203
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого	465	453,36
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Банан	100	91
	Итого	200	135,8
Обед	Салат из отварной моркови	50	34,8
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	125,2
	Биточки куриные	70	155

	Греча отварная рассыпчатая	150	128
	Компот из ягод	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	584
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	220	190
Ужин	Салат картофельный	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Булочка домашняя	80	214,56
	Итого:	480	463,62
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2095	1826,78

МЕНЮ «29» МАРТА 2024г. ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	177
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом	34	96,22
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого	384	381,72
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Банан	95	86
	Итого	195	130,8
Обед	Салат из отварной моркови	30	27,8
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	93,9
	Биточки куриные	50	116
	Греча отварная рассыпчатая	120	93
	Компот из ягод	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	432,9
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	180	155
Ужин	Салат картофельный	150	190,4
	Чай с сахаром	180	21,7
	Булочка домашняя	60	166,88

	Итого:	390	378,98
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	1689	1479,4

МЕНЮ «29» МАРТА 2024г. ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшениная молочная	150	177
	Чай с молоком	180	77
	Бутерброд с маслом	34	96,22
	1/2 яйца	20	31,5
	Итого	384	381,72
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Яблоко	95	86
	Итого	195	130,8
Обед	Икра кабачковая	40	35,1
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	93,9
	Биточки куриные	50	116
	Греча отварная рассыпчатая	120	93
	Компот из ягод	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	540	432,9
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	80
	Итого:	180	155
Ужин	Салат картофельный	150	190,4
	Чай с сахаром	180	21,7
	Булочка домашняя	60	166,88
	Итого:	390	378,98
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	1689	1479,4