

МЕНЮ «30» ИЮЛЯ 2024г. ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 7			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	160
	Какао с молоком	150	70
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	334	326,2
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Итого	100	44,8
Обед	Салат из свеж.овощей с зеленью	40	35,1
	Суп картофельный с зелёным горошком	150	96
	Суфле из печени	50	84,56
	Макаронные изделия отварные с маслом	120	110,4
	Компот из ягод	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	428,26
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150
Хлеб пшеничный		30	80
Итого:		180	155
Ужин	Винегрет овощной	150	162
	Яйцо отварное1/2	20	31,5
	Ватрушка с творогом	60	124
	Чай с сахаром	180	21,7
	Яблоко	95	44
	Итого:	505	383,2
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	1669	1337,46

МЕНЮ «30» ИЮЛЯ 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	395	409,8
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	итого	100	44,8
Обед	Салат из свеж.овощей с зеленью	60	46,8
	Суп картофельный с зелёным горошком	200	120
	Суфле из печени	70	115,31
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	141,7
	Компот из ягод	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	670	552,81
	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180
Хлеб пшеничный		40	100
Итого:		220	190
Ужин	Винегрет овощной	200	185
	Яйцо отварное1/2	20	31,5
	Чай с сахаром	200	33,06
	Ватрушка с творогом	80	165,3
	Яблоко	100	45
	Итого:	600	459,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за седьмой день	2045	1657,27