

МЕНЮ «31» ИЮЛЯ 2024г ЯСЛИ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150	173
	Чай с молоком	150	77
	Бутерброд с маслом	34	96,2
	Итого	334	346,2
Второй завтрак	Напиток	100	44,8
	Итого	100	44,8
Обед	Салат из свежих овощей с зеленью	40	37,56
	Суп свекольник со сметаной	150	116,11
	Котлета мясная	50	96,28
	Рис отварной	120	166,6
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	546,75
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	48,84
	Итого:	162	123,84
Ужин	Рагу овощное	150	113,2
	Яйцо отварное	40	63
	Хлеб пшеничный	30	80
	Чай с сахаром	180	21,7
	Итого:	400	277,9
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	1546	1339,49

МЕНЮ «31» ИЮЛЯ 2024г САД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	180	192
	Чай с молоком	180	93,06
	Бутерброд с маслом	45	125,8
	Итого	405	410,86
Второй завтрак	Сок	100	44,8
	Итого	100	44,8
Обед	Салат из свежих овощей с зеленью	50	46,95
	Суп свекольник со сметаной	200	145
	Котлета мясная	70	125
	Рис отварной	150	208,4
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	679,85
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Печенье	20	81,4
	Итого:	200	171,4
Ужин	Рагу овощное	200	124,44
	Яйцо отварное	40	63
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	100
	Итого:	480	320,5
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за восьмой день	1905	1627,41

