

МЕНЮ «10» СЕНТЯБРЯ 2026г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 4			
Завтрак	Пудинг из творога	150	143,3
	Кофейный напиток с молоком	180	45
	Бутерброд с маслом и сыром	40	90
	Итого	370	278,3
Второй завтрак	Сок	150	70
	Итого	150	70
Обед	Салат из свежих овощей	40	37,56
	Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	150	102
	Суфле из печени	50	84,56
	Рис отварной	120	146,6
	Компот из сухофруктов	150	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	550	500,92
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Печенье	12	78
	Фрукт	95	55
	Итого:	257	208
Ужин	Картофель тушеный с мясом	170	205,5
	Чай с сахаром	180	21,7
	Хлеб пшеничный	30	70
	Итого:	380	297,2
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за четвертый день	1707	1354,42

МЕНЮ «10» СЕНТЯБРЯ 2026г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 4			
Завтрак	Пудинг из творога	170	190
	Кофейный напиток с молоком	200	60
	Бутерброд с маслом и сыром	52	115,8
	Итого	422	365,8
Второй завтрак	Сок	180	90
	Итого	180	90
Обед	Салат из свежих овощей	50	46,95
	Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	200	125
	Суфле из печени	70	115,71
	Рис отварной	150	180
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	622,16
Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Кондитерское изделие	20	106,6
	Фрукт	100	60
	Итого:	300	256,26
Ужин	Картофель тушеный с мясом	200	270
	Чай с сахаром	200	33,06
	Хлеб пшеничный	40	95,8
	Итого:	440	398,86
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за четвертый день	2042	1733,08