

МЕНЮ «11» СЕНТЯБРЯ 2026г ЯСЛИ				МЕНЮ «11» СЕНТЯБРЯ 2026г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5				День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	125	Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	163
	Чай с молоком	180	65		Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	34	70		Бутерброд с маслом	45	95,8
	1/2 яйца	20	31,5		1/2 яйца	20	31,5
	Итого	384	291,5		Итого	465	383,36
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	68	Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	85
	Итого	150	68		Итого	180	85
Обед	Икра морковная	40	35,1	Обед	Икра морковная	60	46,8
	Суп гороховый	150	103,9		Суп гороховый	200	103,9
	Биточки куриные	50	116		Биточки куриные	70	155
	Греча отварная рассыпчатая	120	115		Греча отварная рассыпчатая	150	128
	Компот из ягод	180	45		Компот из ягод	200	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2		Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	580	495,2		Итого:	730	604
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75	Полдник	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	30	70		Хлеб пшеничный	40	95,8
	Фрукт	95	50		Фрукт	100	60
	Итого:	275	195		Итого:	320	245,8
Ужин	Салат картофельный с зеленым горошком	160	190,4		Салат картофельный с зеленым горошком	200	216
	Чай с сахаром	180	21,7		Чай с сахаром	200	33,06
	Сдоба обыкновенная	60	143,14		Сдоба обыкновенная	80	185,3
	Итого:	400	355,24		Итого:	480	434,36
	Вода питьевая детская на весь день	150	0	Ужин	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	1789	1404,94		Итого за пятый день	2175	1752,52
