

МЕНЮ «16» ОКТЯБРЯ 2026г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	150	123,3
	Соус сметанный	20	25
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
Второй завтрак	Итого	384	283,3
	Напиток фруктовый	150	68
	Итого	150	68
Обед	Огурец соленый кусочком	40	42
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	150	100,9
Полдник	Мясо птицы в сметанном соусе	60	118
	Картофель отварной	120	129,16
	Компот из ягод	150	27
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	560	492,26
Ужин	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	70
	Фрукт	95	60
	Итого:	275	205
	Греча отварная рассыпчатая	150	123,3
	Чай с сахаром	180	21,7
	Пирожок печеный с капустой	60	145
	Итого:	390	290
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	1759	1338,56

МЕНЮ «16» ОКТЯБРЯ 2026г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 10			
Завтрак	Запеканка из творога	170	145
	Соус сметанный	30	35
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
Второй завтрак	Итого	445	368,86
	Напиток фруктовый	180	85
Обед	Итого	180	85
	Огурец соленый кусочком	50	46
	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200	121,2
	Мясо птицы в сметанном соусе	70	148,07
	Картофель отварной	150	155
	Компот из ягод	200	45
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	720	609,27
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
Ужин	Хлеб пшеничный	40	90
	Фрукт	100	75
	Итого:	320	255
	Греча отварная рассыпчатая	170	145
	Чай с сахаром	200	33,06
	Пирожок печеный с капустой	80	195
	Итого:	450	373,06
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за десятый день	2115	1691,19