



МЕНЮ
03.08.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	160	180	118,83	133,68
	Кофейный напиток с молоком	180	200	118,6	131,8
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Сыр порционный	10	15	30	45
	Итого за завтрак				
2-й Завтрак	Сок	355	400	364,83	427,88
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Свекольник	100	100	46	46
	Жаркое по-домашнему	150	200	62,49	75
	Салат из свежих огурцов	150	185	263,72	325,25
	Компот из свежих плодов		37		38,33
	Хлеб ржаной	150	180	46	54
		40	51	84	106
	Итого за обед				
Полдник	Котлета рыбная "Любительская"	450	602	456,21	599
	Капуста тушеная	50	68	58,1	79
	Хлеб пшеничный	120	140	94,13	109,82
	Фрукты	26	35	52	70
	Чай с сахаром	50	50	18,5	18,5
	Итого за полдник	180	200	46,8	52
Ужин	Кефир	400	458	269,53	329,32
	Булочка "Российская"	150	180	75	90
		60	70	200	233
	Итого за ужин				
Всего за день		210	250	275	323
				1411,57	1725