



МЕНЮ
28.07.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Творожно-морковный пудинг с повидлом	120/10	158/12	210,09	276,62
	Какао с молоком	180	200	103,3	114,8
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Фрукты	40	40	14,8	14,8
	Итого за завтрак	355	415	425,59	523,62
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп из овощей	150	200	69,14	92,19
	Шницель из говядины	60	77	161,6	207,38
	Картофель отварной	70	100	85,1	122
	Салат из свежих огурцов	30	50	34,18	55,82
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	104
	Итого за обед	460	607	519,02	683
Полдник	Суп молочный с крупой геркулесовой	180	200	118,83	133,69
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Хлеб пшеничный	19	24	38	48
	Фрукты	40	50	14,8	18,5
	Итого за полдник	400	450	218,43	252,19
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	210	250	275	323
			1484,04	1828	
	Всего за день				