



МЕНЮ

ясли 12 часов

ДЕНЬ 8 16.04.2025.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,3	0,1	66,1
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ И САХАРОМ	160	4,7	4,9	21,8	153,2
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ С МОЛОКОМ	160	2,4	2,2	12,8	80,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	10,0	49,0
		8,78	14,6	44,6	349,1
II Завтрак					
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	1 шт.(100)	0,4	0,4	9,8	44,2
		0,4	0,4	9,8	44,2
Обед					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1,1	3,7	8,7	72,7
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	50	7,0	7,1	6,1	118,1
ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	110	4,0	3,2	25,9	148,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3	0,2	16,0	67,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	10,0	49
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	7,0	38,2
		15,5	14,6	73,7	493,9
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,0	12,1	13,8	197,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,8	7,1	78,0
		18,4	15,9	19,8	272,6
Ужин					
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	7,5	2,2	4,9	69,2
СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	120	2,0	3,6	9,8	82,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0	0,0	7,3	29,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,3	15,0	73,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	7,0	38,2
		13,4	6,3	44,0	292,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		56,6	51,8	191,9	1 452,4



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8 16.04.2025.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,3	0,1	66,1
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С ОВСЯННЫМИ ХЛОПЬЯМИ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	5,3	5,5	24,4	172,4
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	14,4	90,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,3	15,0	73,5
		10,58	15,5	53,9	402,9
II Завтрак					
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	1 шт.(100)	0,4	0,4	9,8	44,2
		0,4	0,4	9,8	44,2
Обед					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,5	4,9	11,6	96,9
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	70	9,8	10,0	8,5	165,4
ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	3,8	30,6	175,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,2	19,3	81,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,3	15,0	73,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	10,5	57,3
		21,2	19,5	95,5	649,5
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,5	12,1	17,2	247,0
КЕФИР	180	5,3	4,5	7,2	90,0
		22,8	16,6	24,4	337,0
Ужин					
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	10,6	3,4	7,2	101,5
СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	130	2,2	3,9	10,6	112,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,0	0,0	8,1	32,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	10,0	49,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	10,5	57,3
		17,5	7,9	51,4	377,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		72,5	59,9	235,0	1 811,2