

Ежедневное меню (до 3 лет) ясли

Возрастная категория: ясли								20.05.2025
Прием пищи			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша пшѐнная молочная вязкая	150	6	7	29	203		260
	Кофейный напиток с молоком	160	4	3	14	92	1	710
	Бутерброд с сыром	40	4	6	12	118		1
Итого за Завтрак			14	16	55	413	1	
Завтрак второй								
	Апельсины	150	1		12	68	31	651
Итого за Завтрак второй			1		12	68	31	
Обед								
	Рассольник ленинградский	150	2	5	11	110	4	54
	Салат из квашенной капусты	30	1	3	3	39	6	13
	Котлеты рыбные любительские	50	11	7	13	141	1	452
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	7	10	30	177		301
	Хлеб ржаной	40	2	1	14	75		805
	Компот из сушѐных фруктов	150	2		29	107	2	706
Итого за Обед			25	26	100	649	13	
Полдник								
	Салат из картофеля с зелѐным горошком	150	2	5	15	130	4	12
	Яйца варѐные	40	5	5		63		351
	Ватрушка с творогом	60	10	11	45	325		756
	Чай с сахаром	160			8	34		714
Итого за Полдник			17	21	68	552	4	
Итого за день			57	63	235	1682	49	