

Ежедневное меню (до 3 лет) ясли

Возрастная категория: ясли

Прием пищи			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	23.06.2025 № рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша рисовая молочная вязкая	150	2	3	24	134		261
	Чай с молоком	160	4	4	17	102	2	713
	Бутерброд с маслом	40	2	6	12	116		2
Итого за Завтрак			8	13	53	352	2	
Завтрак второй								
	Сок	160			18	72	3	712
Итого за Завтрак второй					18	72	3	
Обед								
	Суп картофельный с крупой	150	6	8	16	104	9	60
	Салат из квашенной капусты	30	1	3	3	39	6	13
	Птица, тушённая в сметанно-томатном соусе	50	9	9	5	137	4	552
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	7	10	30	177		301
	Хлеб ржаной	40	2	1	14	75		805
	Кисель	150			8	121	5	703
Итого за Обед			25	31	76	653	24	
Полдник								
	Запеканка из творога	140	12	11	21	190	9	402
	Соус молочный сладкий	30	1	2	3	26		603
	Салат из моркови с яблоками	30	1	4	6	65	7	14
	Вафли	30	2	7	27	123		757
	Кефир	180	5	5	9	106	1	702
Итого за Полдник			21	29	66	510	17	
Итого за день			54	73	213	1587	46	

