

**Меню 11 Августа 2025г. Ясли**

**Меню 11 Августа 2025г. Детсад**

| Наименование блюд              | Выход блюд |              |               |
|--------------------------------|------------|--------------|---------------|
|                                | Вес,гр.    | Цена,р.      | Калор,кк.     |
| <b>ЗАВТРАК</b>                 | <b>290</b> | <b>46.57</b> | <b>290.57</b> |
| н Запеканка из творога (манка) | 110        | 33.82        | 180.05        |
| Батон с повидлом               | 20/10      | 3.81         | 26.16         |
| *Какао с молоком               | 150        | 8.94         | 84.36         |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                | <b>130</b> | <b>11.6</b>  | <b>54.93</b>  |
| Сок                            | 130        | 11.60        | 54.93         |
| <b>ОБЕД</b>                    | <b>553</b> | <b>39.94</b> | <b>458.68</b> |
| н Салат из белокочанной капу   | 40         | 2.18         | 27.29         |
| н Рассольник домашний со см    | 150        | 8.94         | 69.86         |
| н Плов из отварной птицы       | 180        | 25.25        | 275.32        |
| Компот из смеси сухофруктов    | 150        | 1.25         | 20.82         |
| н Хлеб ржаной                  | 33         | 2.32         | 65.39         |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>     | <b>431</b> | <b>52.05</b> | <b>307.12</b> |
| н Овощи тушеные                | 110        | 7.95         | 51.54         |
| н Котлеты рыбные               | 50         | 20.19        | 85.57         |
| Чай с молоком                  | 150        | 8.96         | 83.50         |
| н Хлеб пшеничный               | 21         | 1.45         | 50.61         |
| Яблоко                         | 100        | 13.50        | 35.90         |

**Итого: 150.16 1111.30**

| Наименование блюд              | Выход блюд |              |               |
|--------------------------------|------------|--------------|---------------|
|                                | Вес,гр.    | Цена,р.      | Калор,кк.     |
| <b>ЗАВТРАК</b>                 | <b>351</b> | <b>56.49</b> | <b>370.31</b> |
| н Запеканка из творога (манка) | 130        | 40.44        | 231.65        |
| Батон с повидлом               | 29/12      | 5.31         | 33.51         |
| *Какао с молоком               | 180        | 10.74        | 105.15        |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                | <b>148</b> | <b>6.22</b>  | <b>62.71</b>  |
| Сок                            | 148        | 6.22         | 62.71         |
| <b>ОБЕД</b>                    | <b>659</b> | <b>49.07</b> | <b>578.11</b> |
| н Салат из белокочанной капу   | 60         | 3.44         | 40.85         |
| н Рассольник домашний со см    | 180        | 11.02        | 91.44         |
| н Плов из отварной птицы       | 200        | 30.33        | 340.86        |
| Компот из смеси сухофруктов    | 180        | 1.59         | 28.99         |
| н Хлеб ржаной                  | 39         | 2.69         | 75.97         |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>     | <b>510</b> | <b>62.27</b> | <b>408.23</b> |
| н Овощи тушеные                | 130        | 9.15         | 66.57         |
| н Котлеты рыбные               | 70         | 27.63        | 136.30        |
| Чай с молоком                  | 180        | 9.90         | 96.80         |
| н Хлеб пшеничный               | 30         | 2.09         | 72.66         |
| Яблоко                         | 100        | 13.50        | 35.90         |

**Итого: 174.05 1419.36**

Рекомендации на ужин: блюда из мяса

Рекомендации на ужин: блюда из мяса