

**Меню**

19 Мая 2025г.

Ясли

**Меню**

19 Мая 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>341</b>	<b>35.06</b>	<b>316.66</b>
**Каша пшеничная молочная	150/4	12.62	155.88
Батон с маслом и сыром	21/6/10	13.49	76.42
*Какао с молоком	150	8.95	84.36
<b>10 ЧАСОВ</b>	<b>130</b>	<b>10.66</b>	<b>73.32</b>
Кефир	130	10.66	73.32
<b>ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>41.53</b>	<b>451.73</b>
Икра кабачковая порционная	40	5.74	15.84
н Свекольник со сметаной	150	9.12	80.97
н Каша перловая рассыпчатая	110	2.66	119.71
Гуляш из свинины	70	20.55	156.27
**Компот из смеси сухофруктов	150	1.40	20.95
н Хлеб ржаной	30	2.06	57.99
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>490</b>	<b>51.42</b>	<b>367.55</b>
н Рыба тушеная в томате с овощами	160	32.81	112.93
Чай с сахаром	150	0.59	20.02
н Хлеб пшеничный	20	1.35	46.88
н Булочка "Российская"	40	2.87	144.64
Яблоко	120	13.80	43.08

**Итого: 138.67 1209.26**

Рекомендации на ужин: блюда из птицы

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>404</b>	<b>40.73</b>	<b>357.96</b>
**Каша пшеничная молочная	170/4	13.39	167.66
Батон с маслом и сыром	30/6/14	17.62	93.53
*Какао с молоком	180	9.72	96.77
<b>10 ЧАСОВ</b>	<b>151</b>	<b>12.36</b>	<b>85.04</b>
Кефир	151	12.36	85.04
<b>ОБЕД</b>	<b>660</b>	<b>49.48</b>	<b>581.5</b>
Икра кабачковая порционная	50	7.26	20.03
н Свекольник со сметаной	180	11.67	105.63
н Каша перловая рассыпчатая	130	4.23	177.50
Гуляш из свинины	80	21.76	171.24
**Компот из смеси сухофруктов	180	1.80	29.18
н Хлеб ржаной	40	2.76	77.92
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>551</b>	<b>56.83</b>	<b>433.75</b>
н Рыба тушеная в томате с овощами	180	37.16	144.01
Чай с сахаром	180	0.85	28.03
н Хлеб пшеничный	31	2.12	73.86
н Булочка "Российская"	40	2.90	144.77
Яблоко	120	13.80	43.08

**Итого: 159.40 1458.25**

Рекомендации на ужин: блюда из птицы

**Меню**

19 Мая 2025г.

Ясли

**Меню**

19 Мая 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>341</b>	<b>35.06</b>	<b>316.66</b>
**Каша пшеничная молочная	150/4	12.62	155.88
Батон с маслом и сыром	21/6/10	13.49	76.42
*Какао с молоком	150	8.95	84.36
<b>10 ЧАСОВ</b>	<b>130</b>	<b>10.66</b>	<b>73.32</b>
Кефир	130	10.66	73.32
<b>ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>41.53</b>	<b>451.73</b>
Икра кабачковая порционная	40	5.74	15.84
н Свекольник со сметаной	150	9.12	80.97
н Каша перловая рассыпчатая	110	2.66	119.71
Гуляш из свинины	70	20.55	156.27
**Компот из смеси сухофруктов	150	1.40	20.95
н Хлеб ржаной	30	2.06	57.99
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>490</b>	<b>51.42</b>	<b>367.55</b>
н Рыба тушеная в томате с овощами	160	32.81	112.93
Чай с сахаром	150	0.59	20.02
н Хлеб пшеничный	20	1.35	46.88
н Булочка "Российская"	40	2.87	144.64
Яблоко	120	13.80	43.08

**Итого: 138.67 1209.26**

Рекомендации на ужин: блюда из птицы

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>404</b>	<b>40.73</b>	<b>357.96</b>
**Каша пшеничная молочная	170/4	13.39	167.66
Батон с маслом и сыром	30/6/14	17.62	93.53
*Какао с молоком	180	9.72	96.77
<b>10 ЧАСОВ</b>	<b>151</b>	<b>12.36</b>	<b>85.04</b>
Кефир	151	12.36	85.04
<b>ОБЕД</b>	<b>660</b>	<b>49.48</b>	<b>581.5</b>
Икра кабачковая порционная	50	7.26	20.03
н Свекольник со сметаной	180	11.67	105.63
н Каша перловая рассыпчатая	130	4.23	177.50
Гуляш из свинины	80	21.76	171.24
**Компот из смеси сухофруктов	180	1.80	29.18
н Хлеб ржаной	40	2.76	77.92
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>551</b>	<b>56.83</b>	<b>433.75</b>
н Рыба тушеная в томате с овощами	180	37.16	144.01
Чай с сахаром	180	0.85	28.03
н Хлеб пшеничный	31	2.12	73.86
н Булочка "Российская"	40	2.90	144.77
Яблоко	120	13.80	43.08

**Итого: 159.40 1458.25**

Рекомендации на ужин: блюда из птицы

**Меню**

19 Мая 2025г.

Ясли

**Меню**

19 Мая 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>341</b>	<b>35.06</b>	<b>316.66</b>
**Каша пшеничная молочная	150/4	12.62	155.88
Батон с маслом и сыром	21/6/10	13.49	76.42
*Какао с молоком	150	8.95	84.36
<b>10 ЧАСОВ</b>	<b>130</b>	<b>10.66</b>	<b>73.32</b>
Кефир	130	10.66	73.32
<b>ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>41.53</b>	<b>451.73</b>
Икра кабачковая порционная	40	5.74	15.84
н Свекольник со сметаной	150	9.12	80.97
н Каша перловая рассыпчатая	110	2.66	119.71
Гуляш из свинины	70	20.55	156.27
**Компот из смеси сухофруктов	150	1.40	20.95
н Хлеб ржаной	30	2.06	57.99
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>490</b>	<b>51.42</b>	<b>367.55</b>
н Рыба тушеная в томате с овощами	160	32.81	112.93
Чай с сахаром	150	0.59	20.02
н Хлеб пшеничный	20	1.35	46.88
н Булочка "Российская"	40	2.87	144.64
Яблоко	120	13.80	43.08

**Итого: 138.67 1209.26**

Рекомендации на ужин: блюда из птицы

Наименование блюд	Выход блюд		
	Вес, гр.	Цена, р.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>404</b>	<b>40.73</b>	<b>357.96</b>
**Каша пшеничная молочная	170/4	13.39	167.66
Батон с маслом и сыром	30/6/14	17.62	93.53
*Какао с молоком	180	9.72	96.77
<b>10 ЧАСОВ</b>	<b>151</b>	<b>12.36</b>	<b>85.04</b>
Кефир	151	12.36	85.04
<b>ОБЕД</b>	<b>660</b>	<b>49.48</b>	<b>581.5</b>
Икра кабачковая порционная	50	7.26	20.03
н Свекольник со сметаной	180	11.67	105.63
н Каша перловая рассыпчатая	130	4.23	177.50
Гуляш из свинины	80	21.76	171.24
**Компот из смеси сухофруктов	180	1.80	29.18
н Хлеб ржаной	40	2.76	77.92
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>551</b>	<b>56.83</b>	<b>433.75</b>
н Рыба тушеная в томате с овощами	180	37.16	144.01
Чай с сахаром	180	0.85	28.03
н Хлеб пшеничный	31	2.12	73.86
н Булочка "Российская"	40	2.90	144.77
Яблоко	120	13.80	43.08

**Итого: 159.40 1458.25**

Рекомендации на ужин: блюда из птицы