

Шилова И.Б.

МЕИЮ  
На 07.05.2025 г.

### 3 день

| Прием пищи    | Наименование блюда                                |     | Выход       | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|---------------|---------------------------------------------------|-----|-------------|-----------------------------------|
| Завтрак       | Каша из овсяных хлопьев жидкая                    | С   | 180/4,5     | 204,47                            |
|               |                                                   | Я   | 150/3,7     | 170,39                            |
|               | Бутерброд с повидлом                              | С   | 20/15/5     | 99,27                             |
|               |                                                   | Я   | 15/10/5     | 70,91                             |
|               | Чай с молоком 2,5% жирн.                          | С   | 150/50/11   | 98,80                             |
|               |                                                   | Я   | 135/45/10   | 89,00                             |
|               | Итого: сад                                        | С   | 415         | 402,54                            |
| Итого: ясли   | Я                                                 | 355 | 330,30      |                                   |
| Обед          | Суп картофельный с крупой<br>(пшеничной)          | С   | 200         | 85,27                             |
|               |                                                   | Я   | 150         | 63,95                             |
|               | Икра овощная                                      | С   | 50          | 35,50                             |
|               |                                                   | Я   | 30          | 21,30                             |
|               | Плов из птицы                                     | С   | 150         | 264,40                            |
|               |                                                   | Я   | 150         | 264,40                            |
|               | Кисель из повидла                                 | С   | 180         | 123,60                            |
|               |                                                   | Я   | 150         | 92,70                             |
|               | Хлеб пшеничный                                    | С   | 40          | 94,00                             |
|               |                                                   | Я   | 30          | 70,50                             |
|               | Хлеб ржано-пшеничный                              | С   | 37          | 65,25                             |
|               |                                                   | Я   | 30          | 52,20                             |
| Итого: сад    | С                                                 | 657 | 668,02      |                                   |
| Итого: ясли   | Я                                                 | 540 | 565,05      |                                   |
| Полдник       | Пирожок печеный из дрожжевого<br>теста с капустой | С   | 60          | 140,12                            |
|               |                                                   | Я   | 60          | 140,12                            |
|               | Чай с лимоном                                     | С   | 200/11/9    | 45,50                             |
|               |                                                   | Я   | 150/7/4     | 29,00                             |
|               | Итого: сад                                        | С   | 280         | 185,62                            |
| Итого: ясли   | Я                                                 | 221 | 169,12      |                                   |
|               | Всего за день: сад                                | С   | 1352        | 1256,18                           |
|               | Всего за день: ясли                               | Я   | 1116        | 1064,47                           |
|               |                                                   |     |             |                                   |
| Стоимость дня |                                                   | С   | 106,26 РУБ. |                                   |
|               |                                                   | Я   | 90,18 РУБ.  |                                   |