

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 06 декабря 20 12 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак	Каша овсяная "Геркулес" творог	130	150	142,1	142,5
	Булочка с маслом	40	50	100,4	125,5
	Какао с молоком	180	200	84,2	93
Второй завтрак	Фрукты	100	100	38	38
Обед	Супа Морковная	40	60	24,6	31,4
	Рапсовый котлетный с маслом и капустой	120	200	139,1	154,5
	Картофель тушеный с маслом	130	140	213	265
	Пюре из чечевицы	150	180	62,4	82,2
	Кефир 1%	20	30	33,8	50,6
	Чай с лимоном	15	20	30,1	40,2
Полдник	Вареники мясные с повидлом	110/25	120/30	169,2	210
	Молоко цельное	150	200	82,5	110
Ужин	Картофель отварной с маслом	120	150	114,8	143,5
	Котлеты рыбные	60	40	98,4	137
	Чай с лимоном	140/5/7	140/5/7	22,7	23,2
	Кефир 1%	20	20	33,8	33,8