

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 15 декабря 2011 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"	130	150	142,1	142,5
	творог	1			
	Булочка с маслом	40	50	100,4	125,5
	Чай с сахаром	180	180	18,5	20,9
Второй завтрак	Фрукты	100	100	44,3	44,3
	Фрукты, сок.	150	100	64,5	98,9
Обед	Утка Кабаткова (консервы)	40	60	31,8	47,4
	Суп с маком, изюмом, яйцом	180	180	145,8	146,4
	Куриный салат с майонезом				
	Плов	150	100	243,5	362
	Винегрет с морковью	180	100	61,2	36,8
	Молочный соус	10	15	63,8	42,2
	Пюре картофельное	15	10	30,1	40,2
Полдник	Зеленый чай с лимоном	50	50	10,2	10,2
	Сметана	150	100	117	156
Ужин	Сырники из творога в масле с сахаром	120/10	130/10	152,5	198
	Чай с сахаром	180/5	180/5	20,4	20,4