

Ежедневное меню основного (организованного) питания на 16 декабря 2022 года

	Наименование блюдо	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак	Салат Тунисский тунисский	180	150	142,7	125,5
	Зульдерфор с маком и сметаной	40	50	115,2	140
	Какао на молоке	180	200	83,7	93
Второй завтрак	В 10ч 15м				
	Фрукты	100	100	47	47
Обед	Салат из кукурузы (консервированная)	40	60	85,6	53,1
	Взду из свежих овощей и фруктов с картофелем и сметаной, сметаной	150	200	93	124
	Биточки рыбные	60	80	109,3	161,7
	Овощи тушеные	120	150	114	151,3
	Каша из смеси злаков	150	200	14,4	19,4
Полдник	Чай (зеленый) / Чай (черный)	20 / 25	15 / 20	33,2 / 41,2	30,1 / 33,8
	Фрукты	25	50	49,3	138,5
	Молоко кипяченое	150	200	86,5	110
Ужин	Салат из свеклы	40	60	36,5	54,6
	Омлет из яиц	60	80	26,6	131,5
	Картофель тушеный	120	150	28,4	120,5
	Чай с сахаром	180 / 5	180 / 5	20,4	20,4
	Чай фруктовый	20	20	33,8	33,8