

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 21 декабря 2022 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	40	50	109,2	136,5
	Чай с лимоном	180	200	42,1	46,6
Второй завтрак	Яблоко 15 г	100	100	44,3	44,3
	Фрукты, сок.	120	200	29	92,9
Обед	Суп лапша куриный	180	180	150,4	151
	Копченая курица в масле	130	140	213	265
	Салат Морковный	60	60	37,4	37,4
	Котлет из мяса кролика	150	200	14,4	19,4
	Чай с лимоном	20	25	33,8	42,2
	Чай лимонный	15	20	30,1	40,2
Полдник	Ватрушка с повидлом	50	50	151	151
	Печенье	180	200	42	20
Ужин	Салат из моркови зеленого	40	60	25	37,9
	до консервированного				
	Суп картофельный	150	200	200,8	305
	Чай с сахаром	120   5	120   5	33,8	42,2
	Чай с лимоном	20	25	20,4	20,4