

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 26 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 манная жевательная	130	155	137,3	143
	Яйцо, отварное	20	40	30,7	61,3
	Бульон с маслом	40	50	100,4	125,5
	Котлетный салаток	120	200	68,2	46
Второй завтрак	Яблоко 15шт	100	100	44,3	44,3
	Фрукты, сок.	180	200	29	98,4
Обед	Суп-харчо со сметаной с чесноком	120	200	137,3	151,6
	Котлета тушенная с маслом	130	140	213	265
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	14,4	19,4
	Чай фруктовый	20	30	33,2	50,6
	Чай лимонный	15	20	30,2	46,3
Полдник	Молоко кипяченое	150	200	22,5	110
	Сырники из творога с яблоком тушеными.	120/10	130/20	152,5	192
Ужин	Гречка в томатном соусе	60	20	159,2	212,2
	Макарон с овощами	60/50	130	103	155
	Чай с сахаром	120/5	120/5	20,4	20,4
	Чай фруктовый	20	25	33,2	42,2