

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 29 декабря 20 22 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак	Каша Пшеница перловая	130	180	125,5	153,5
	Булочка с маком	40	50	100,4	125,5
	Молоко стерилизованное	180	200	22,5	110
Второй завтрак	Фрукты	100	100	47	47
Обед	Щи картофельные с мясом	40	60	24,6	39,4
	Суп картофельный с маком	130	180	145,8	146,4
	Вареники с картошкой и мясом				
	Салат овощной	130	140	213	265
	Каша из гречки	150	180	21	26,3
	Чай фруктовый	20	25	33,8	41,2
	Чай зеленый	15	20	30,1	40,2
Полдник	Пирожок сдобный	50	50	161,5	161,5
	Кефир	180	200	56,6	62
Ужин	Салат из свеклы	40	60	36,5	54,6
	Биточки рыбные	60	80	109,3	161,4
	Суп картофельный	130	180	115,8	146,8
	Чай с маком	180	200	41,7	45,6
	Чай фруктовый	20	25	33,8	41,2