

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 10 января 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	130	150	140,7	164
	Бутерброд с маслом, сыр.	40	50	115,2	144
	Какао на молоке	180	200	23,7	93
Второй завтрак	Ф. 10 ч 15 м	180	200	89	
	Фрукты, сок.	100	100	98	96
Обед	Салат из свеклы	40	60	36,5	54,6
	Щи из свежей капусты с картофелем и маслом со сметаной	150	200	93	124
	Парное по-домашнему	150	200	224	309,4
	Каша из семян рожь	150	200	144	194
	Клей ржаной Клей пш.	20 15	25 20	83,8 30,1	30,1 40,8
Полдник	Машинок кисло-молочный	150	200	117	156
	Творожок сгодная	50	50	161,5	161,5
Ужин	Щи Морковная	40	60	24,6	37,4
	Котлеты рыбные	60	40	98,7	137
	Каша Геркулесовая с ово щами Чай с лимоном	110	130	152,2	195,5
	Клей ржаной	180 5 7	180 5 7	22,7	23,2
		20	25	33,8	42,2