

Основное меню основного (организованного) питания

на 13 января 2013 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак	Макаронные отварные с сыром	130	150	145	185
	Булочка с маком	40	50	100,4	125,5
	Чай с молоком	180	200	42,1	46,6
Второй завтрак	В 10ч15м				
	Орешки	100	100	44,3	44,3
Обед	Утка морковная	40	60	24,6	37,4
	Суп с сельдью	150	200	83,3	111
	Котлета гречневая с мясом и овощами	200	340	200	340
	Кисель ячменный	180	200	61,2	46,2
	Пудинг рисовый	20	25	33,8	42,2
	Пудинг пшеничный	15	20	30,2	40,3
	Гечесы	25	50	41,8	143,5
Полдник	Молоко кипяченое	150	200	82,5	110
Ужин	Омлет из яиц	60	80	86,6	131,5
	Картофель тушеный	120	150	88,4	120,5
	Пудинг рисовый	20	25	33,8	42,2
	Чай с сахаром	180/5	180/5	20,4	20,4