

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 25 января 20 23 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак	Каша гречневая молочная	130	150	182	210
	Чай с сахаром	180	200	18,5	20,4
	Бублик с маслом	40	50	100,4	125,5
Второй завтрак	В 10 и 15.л Фрукты	100	100	44,3	44,3
	сок	180	200	89	98,9
Обед	Укроп свекольный	40	60	40	60
	Суп картофельный с жирной сметаной	180	200	145,8	161
	Голов из капусты	150	200	225	320
	Компот из яблок	150	180	43	88
	Каша ржаная	20	25	33,8	42,2
	Каша пшеничная	20	30	40,3	60,9
Полдник	Творожок сладкая	50	40	161,5	225
	Кефир	180	200	95,4	106
Ужин	Котлеты рыбные	60	40	98,4	137
	Овощи тушеные	120	150	117	151,3
	Чай с лимоном	180/5/7	150/5/7	22,7	23,2
	Каша ржаная	20	25	33,8	42,2