

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 26 января 2023 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
	Бургер с мясом	40	50	45,3	115,5
	какао на молоке	180	200	23,7	93
	Молоко обваренное	20	40	30,7	61,3
Второй завтрак	В 10ч 15м				
	Фрукты	100	100	44,3	44,3
	Сок	150	200	62,9	98,9
Обед	Салат из свеклы с зеленым гор	40	60	31	47
	Щи из свеклы капуста с кар				
	пюре с мясом сметаной	150	200	93	124
	Берегенов из обвар. мяса	60/60		24,9	
	Макаронные отварные с мясом	110	130	113	155
	Кисель ячменный	180	200	61,2	46,8
	Желе ржаной Желе пшени.	20/25	15/25	33,8/42,2	30,1/50,3
Полдник	Вареники из творога с моло	120/10	120/20	152,5	198
	ком с изюмом				
	Мангок кисломолочный и сметаной	150	200	114	156
Ужин	Суп - Уха	150	200	159,2	120
	Желе ржаной	20	25	33,8	42,2
	Чай с лимоном	180/57	180/57	22,7	22,7