

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 06 марта 20 23 года

497 С - 3

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак	Макароны отварные	130	150	145	185
	с сыром				
	Бутерброд с маслом	40	50	100,4	125,5
	Чай с лимоном	180	200	42,1	46,6
Второй завтрак	В 10 и 15 мин	180	200		
	Фрукты, сок.	100	100	44,3	44,3
Обед	Чура морковная	40	60	24,6	37,4
	Рассольник Ленинградский	180	200	139,1	154,5
	с мясом и свежими овощами				
	Канюк с мясом	130	140	113	265
	Компот из сухофруктов	150	200	14,4	19,4
	Желе фруктовое	25	25	42,2	42,2
	Желе фруктовое	15	20	30,2	40,3
Полдник	Теченье	25	50	41,8	143,5
	Кефир	180	200	95,4	106
Ужин	Гуляш говяжий	60	70	122,9	144,4
	Картофель отварной	120	150	114,8	143,5
	с маслом				
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	22,4	23,2
	Желе фруктовое	20	20	33,8	33,8
Желе фруктовое	25	25	50,3	50,3	