

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 10 марта 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 овсяная "Геркулес"	130	150	142,1	142,5
	Железная лепешка отварная	20	40	30,4	61,3
	Бутерброд с маслом и сыром	40	50	115,2	125,5
	Чай с молоком	180	200	42,1	46,6
Второй завтрак	В 10 и 15 м оружья	100	100	43	43
	Обед	Свекольник с мясом со сметаной	150	200	108,8
АЗУ (картофель тушеный с мясом)		180	200	222	247
Компот из фруктов (фр.)		150	200	14,4	19,4
Квас ржаной		20	25	33,8	42,2
Квас пшеничный		15	20	30,1	40,2
Полдник		Равенчай с рыбой (Молиток кисель)	50	50	102
	Молоко кипяченое	150	200	81,5	110
Ужин	Омлет из яиц	60	80	26,6	34,5
	Макаронные отварные с маслом	60/50	130	103	155
	Соус (Сметанный) Томат.	25	25	19,9	19,9
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	20,4	20,4
	Квас ржаной	20	25	33,8	42,2