

Ежедневное меню основного (организованного) питания на 16 марта 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
	Бутерброд с маслом	40	50	100,4	125,5
	Какао на молоке	180	200	83,7	93
Второй завтрак	В 10 и 15 м				
	Фрукты	100	100	47	47
Обед	Салат из свежих овощей с сельдью	40	60	0,0	0,0
	Суп гороховый с мясом	150	200	91,6	122,1
	Пюре картофельное по-домашнему	150	200	224	309,4
	Кисель ягодный	180	200	61,2	46,8
	Над ржаной	20	30	33,8	50,6
	Над пшеничной	15	20	30,3	30,3
	Галوشка сдобная	50	50	161,5	161,5
Полдник	Кефир	180	200	55,6	62
Ужин	Омлет соевый	40	60	5,2	8,4
	Греч	150	200	243,5	362
	Чай с сахаром	180/5	180/5	20,4	20,4
	Над ржаной	20	20	33,8	33,8