

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 20 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 манная жидкая	130	155	137,3	173,0
	яйцо отварное	0,5	1	30,7	61,3
	бутерброд с маслом	40	50	100,4	125,5
	кофе с молоком и сахаром	180	200	68,8	76,0
Второй завтрак	фрукты	100	100	44,3	44,3
	фрукты				
Обед	Суп картофельный с мясом	40	60	5,6	8,4
	Суп лапша куриный	180	180	150,4	151,0
	Каша гречневая с мясом	150	200	226,6	340,0
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	14,4	19,4
	Хлеб ржаной	25	25	42,2	42,2
	Хлеб пшеничный	-	15		
Полдник	Сладки с молоком сгущ.	130,20	200	140,0	228,0
	кефир	180	200	56,6	62,0
Ужин	ирина вареники	40	60	31,8	47,4
	пюре	150	200	243,5	362,0
	сок яблочный	180	-	89	-
	Кисель ягодный	-	200	-	76,8
	Хлеб ржаной	30	20	50,6	33,8