

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 28 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 пшеничная	130	155	137,3	143
	Бублик с маслом	40	50	109,2	136,5
	Кокос на молоке	180	200	83,7	93
Второй завтрак	В 10ч 15мл				
	Фрукты	100	100	47	47
Обед	Салат из свеклы с сельдью	40	60	0,0	0,0
	Суп Гороховый с мясом	150	200	91,6	122,9
	Жаркое по-домашнему	150	200	224	309,4
	Сок лимонный	180	200	47,4	86
	Желе фруктовое	20	30	33,8	50,6
	Желе лимонное	15	15	30,3	30,3
Полдник	Гироток с капустой	50	50	89	89
	Молоко кефирное	150	200	82,5	110
Ужин	Омлет с морковью	150	200	145	220
	Мясо отварное	60	40	153,5	189,6
	Каноник из пловов или повидло	180	180	81,2	81,2
	Желе фруктовое	20	20	33,8	33,8