

Ежедневное меню основного (организованного) питания на 30 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	130	150	140,4	164
	Булочки с маслом, сыр.	40	50	115,2	144
	Корейский салат	180	220	62,4	46
Второй завтрак	В 10 и 15 м				
	Фрукты	100	100	96	96
	Сок	100	100	89	98,9
Обед	Салат из свеклы с колбасой	40	60	33,4	50,1
	Биточки с овощами				
	Суп-пюре со сметаной	180	200	137,3	152,6
	Плов	150	200	243,5	362
	Каша гречневая	180	200	61,2	46,8
	Чай, ржаной	20	30	33,8	50,6
	Чай, малиновый	15	20	30,1	40,2
Полдник	Вареники мясные	110/25	120/30	169,2	210
	с повидлом				
	Молоко кипяченое	150	200	82,5	110
Ужин	Чай Морковная	40	60	24,6	34,4
	Котлеты рыбные	60	70	98,4	137
	Картофель отварной	120	150	114,8	143,5
	Чай ржаной	20	20	33,8	33,8
	Чай с лимоном	180/57	180/57	22,7	23,2