

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 05 апреля 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 "Геркулес"	130	150	142,1	142,5
	творог	40	50	100,4	125,5
	Булгур с маслом	180		18,5	
	Чай с сахаром				
Второй завтрак	В 10 и 15ч	180	100	89	98,9
	Фрукты, сок.	100	100	43	43
Обед		150	200	93	124
	Щи из свежей капусты с картошкой, мясом, сметан.	60	80	86,6	131,5
	Омлет из печени	60/50	130	103	155
	Макаронные отварные	25	25	19,9	19,9
	Соус томатный	150	120	62,4	82,2
	Маниок из пюре шпината	20/30	15/20	33,8/50,6	30,1/40,2
	Клей ржаной, Клей пш.				
Полдник	Молоко кипяченое	150	200	82,5	110
	Творожок сдобный	50	50	161,5	161,5
Ужин	Чихирь морковная	40	60	24,6	34,4
	Котлеты рыбные	60	70	98,4	137
	Каша перловая	110	130	152,2	195,5
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	22,4	23,2
	Клей ржаной	20	20	33,8	33,8