

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 20 апреля 2023 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак	Сыр Малочный с вермишелью	130	200	126,4	206
	Бутерброд с маслом и сыр	40	50	115,2	144
	Какао на молоке	180	200	84,2	93
	В 10 и 15 л				
Второй завтрак	Сок	180	200	89	98,9
Обед	Салат из свеклы с кол. огурцы	40	60	33,4	50,1
	Сыр. Карто со сметан, масле	180	200	137,3	152,6
	Омлет из печени	60	80	26,6	131,5
	Овощи тушеные	120	150	117	151,3
	Напиток из ягод и шипови	150	180	62,4	82,2
	Чай ржаной	20	25	33,8	42,2
	Чай зеленый	15	20	30,1	40,2
Полдник	Запеканка с рыбой	50	50	102	102
	Напиток кисломолочный и сметан "	150	200	117	156
Ужин	Запеканка из творога	130/10	130/20	280	354
	Баница	100	100	96	96
	Чай без сахара	180	200	1,0	1,0.