

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 27 апреля 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	140,7	164
	Булочки с маслом сметана	40	50	115,2	144
	Молоко кипяченое	150	200	82,5	110
Второй завтрак	Фрукты				
	Фрукты	100	100	44,3	44,3
Обед	Омлет соевый	40	60	5,2	7,8
	Суп с сельдью	150	200	83,3	111
	Котлеты рыбные	80	40	92,7	137
	Соус томатный	25	25	19,9	19,9
	Пюре картофельное	120	150	115,8	144,8
	Пейте чайной сок	20/180	25/200	33,8/99	42,2/110
	Пейте кипяченый	15	15	30,1	32,1
Полдник	Печенье	25	50	49,3	152,5
	Печенье	180	200	42	80
Ужин	Чай с морковью (зеленый)	40	—	24,6	—
	Салат из моркови (сладкий)	—	60	—	31,2
	Омлет картофельный (зеленый)	150	—	196,8	—
	Вареники картофельные со сметаной	—	120/60	—	197,3
	Чай с сахаром (зеленый)	180/5	—	20,4	—
	Чай без сахара (зеленый)	—	200	—	1,0
Пейте кипяченый	30	20	60,1	40,1	