

Ежедневное меню основного (организованного) питания на 28 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 Гречневая жидкая	130	150	142,7	145,5
	Булочки с маслом	30	50	45,3	126,5
	Чай с лимоном	180/57	180/57	22,7	23,2
	В 10ч 15м				
Второй завтрак	Сок	150	200	62,9	94,6
Обед	Салат из кукурузы (консерв)	40	60	35,6	53,1
	Суп картофельный с маком	120	120	145,8	146,4
	Соусы с курицей, смет				
	Филе из рыбы Халбут, ин	60	20	108,5	143,2
	Рис с овощами (соем)	40/70	-	102,7	-
	Рис отварной (соем)	-	130	-	142,8
	Напиток из плодов шипов	150	220	62,4	22,2
Полдник	Выпечка из творога с ме				
	Сок из цитрусовых	120/10	130/20	152,5	198
	Напиток кисломолочный и сметан	150	220	114	156
Ужин	Салат из свеклы	40	60	36,5	54,6
	Суп из пшена	60	20	26,6	131,5
	Капуста тушеная	120	150	28,4	120,5
	Курица отварная	120	200	61,2	46,2
	Рис отварной	30	20	50,6	33,2