

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 03 мая 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
	творожная "Сладкий пшеницы"	—	20	—	40,3
	Булочка с сыром	40	50	109,2	136,5
	Чай с сахаром	180	200	18,5	20,4
Второй завтрак	Фрукты	100	100		
	Фрукты				
Обед	Борщ со свинной кашей	150	180	119,5	144
	с мясом со сметаной				
	Шефтеле из курицы	60	40	144,6	208,5
	Макаронные изделия	60/50		103	
	Макаронные изделия	—	130	—	155
	Компот из яблок	150	180	22	26,8
Полдник	Кефир	20/15	15/30	33,8/30,1	50,6/30,1
	Сырники	25	50	41,8	143,5
	Печенье	180	200	42	80
Ужин	Каша гречневая	40	60	24,6	34,4
	котлеты рыбные	60	40	98,4	137
	каша перловая соевая	110	130	152,2	195,5
	Чай с лимоном	180/5/4	180/5/4	22,7	23,2
	Кефир	20	20	33,8	33,8