

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на 12 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, Гречневая жидкая	130	150	142,4	145,5
	Бутерброд с маслом	30	50	45,3	125,5
	Чай, с лимоном	180/5/4	180/5/4	22,4	23,2
	Хлеб ржаной	-	20	-	33,8
Второй завтрак	Ф 10 и 15 мл				
	Сок	150	200	68,9	94,6
Обед	Салат из кукурузы консервированной	40	60	35,6	53,1
	Филе из рыбы	60	80	108,5	143,2
	Суп картофельный с мясом	180	180	145,8	146,4
	Вешенки с курицей и сметаной	40/40	-	108,1	-
	Рис с овощами (а) Хлеб	20/30	20	33,8	50,6
	Рис отварной (с ароматизатором)	-	130/20	-	148,8
	Напиток из ягод шиповника	150	180	68,4	82,2
Полдник	Сырники из творога с мясом	120/10	130/20	152,5	198
	Напиток витаминный	150	200	114	156
	и Сметанка				
Ужин	Салат из овощей	40	60	36,5	54,6
	Оладьи из картофеля	60	80	86,6	131,5
	Каша гречневая	120	150	88,4	120,5
	Кисель яблочный	180	200	62,2	46,8
	Хлеб ржаной	30	20	50,6	33,8