

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на "02" июня 2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюд			
		Вес блюда (грамм)		Энергетическая ценность блюда (килокалорий)	
		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак	Каша пшеничная	130	150	140.7	164.0
	Бутерброд с мас.	30	40	16.5	101.0
	Чай с молоком	180/5/7	180/5/7	22.7	40.2
	Хлеб пшенич.		20	38.0	23.2
II завтрак	Фрукты	100	100		31.0
Обед	Омлет соевый	40	60	5.2	7.8
	Степак с сосис.	150	200	102.2	146.0
	а - Рыба протух с мас.	60	—	73.6	103.9
	с - Рыба запеч. в масле	—	80	114.8	143.5
	Картофель отвар.	120	150		76.8
	Кисель ягодный	180	200	61.2	
	Хлеб ржаной	20	30	33.8	56.6
	Хлеб пшенич.	15	15	30.1	30.1
Подник	Вареники мясные с картофелем	110/25	120/30	169.2	210.1
	Молоко	150	200	82.5	110.0
Ужин	Салат из кукурузы	40	60	35.6	53.1
	Запеканка овощная	150	200	267.0	381.4
	с пшенич.				
	Чай с сахаром	180/5	180/5	20.4	20.4
	Хлеб ржаной	20	20	42.2	33.8