

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 05 " 06 _____ 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	142.7	145.5
	Фруктовый салат	30	50	75.3	125.5
	Чай с молоком	180/5/4	180/5/4	22.7	23.2
	Хлеб ржаной	—	20	—	33.8
II завтрак	В 10г. 15м.				
	Сок	150	20	62.9	97.6
Обед	Салат из овощей	40	60	35.6	53.1
	Суп картофельный с макаронами	180	120	148.8	146.4
	Рис отварной (с салатом)	40/40	—	102.1	—
	Рис отварной (с салатом)	—	130	—	172.2
	Шиповник	150	180	68.4	82.2
	Хлеб рж.	20	30	33.8	50.6
	Хлеб пш.	—	20	—	40.1
	Пудинг из риса	60	80	108.5	143.2
Подник	Сырники из творога с молоком стучен.	120/10	130/20	152.5	198.0
	"Сметан"	150	200	117.0	156.0
Ужин	Салат из овощей	40	60	36.5	54.6
	Оладьи из теста	60	80	26.6	131.5
	Картофель тушен.	120	150	88.4	120.5
	Несладкий десерт	180	200	61.2	76.8
	Хлеб ржаной	30	20	50.6	33.8