

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на "06" 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 манная	130	155	131.3	113.0
	Бутерброд с сыром	40	50	109.2	136.5
	Какао на молоке	180	200	83.4	93.0
II завтрак					
	Фрукты	100	100	47.0	47.0
Обед	Салат овощной с огурцами	40	60	0.0	0.0
	Суп гороховый с мясом	150	200	91.6	122.1
	Шарлотка с яблоками	150	200	224.0	309.4
	Сок яблочный	180	200	77.4	86.0
	Хлеб рж.	20	30	33.8	50.6
	Хлеб пшенич.	15	15	30.3	30.3
Подник	Ватрушка	50	50	151.0	151.0
	с повидлом	180	200	140.4	156.0
	Сметаног				
Ужин	Омлет с морковью	150	200	145.0	220.0
	Мясо отварное	60	70	153.5	189.6
	Шпроты	180	180	82.2	82.2
	Хлеб ржаной	20	20	33.8	33.8