

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 14 " июня 20 23 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 овсяная "Геркулес"	130	150	142.1	142.5
	Вутерброд с сыром	40	50	109.2	136.5
	Чай с сахаром	180	200	18.5	20.4
	Хлеб пшенич.	-	20	-	40.3
	Фрукты	100	100	43.0	43.0
II завтрак					
Обед	Ворты со свиной котлетой с м. салатом и сметаной	150	120	119.5	144.0
		-	-	144.6	-
	Фрикадельки из курицы	60	70	177.6	208.5
	Макароны с овощами	60/50	130	103.0	155.0
	Каша из гречки	150	180	28.0	26.3
	Хлеб ржаной	20	30	33.8	50.6
	Хлеб пшенич.	15	15	30.1	30.1
Подник	Вафли	25	50	71.8	143.0
	Джемеле	180	200	72.0	80.0
Ужин	Котлеты рыбные	60	70	98.7	137.0
	Каша перловая	110	130	152.2	195.5
	Чай с лимоном	150/5/2	180/5/2	22.7	23.2
	Хлеб ржаной	20	20	33.8	33.8