

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 16 " 06 20 23 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюд			
		Вес блюда (грамм)		Энергетическая ценность блюда (кิโลкалорий)	
		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак	Каша кукурузная	130	150	140.7	164.0
	Футерброд с мас.	30	40	46.5	101.0
	Чай с лимоном	180	180	22.7	23.2
	Хлеб пшенич.	—	20	—	40.2
II завтрак	Фрукты	100	100	38.0	38.0
Обед	Омлет соевый	40	60	5.2	7.8
	Свекольник с маслом	150	200	108.8	146.0
	Рыба протуш. с мас.	60	—	43.6	10.1
	Рыба жареная в масле	—	80	—	109.9
	Картофель отвар. с мас.	120	150	114.8	143.5
	Желе из фруктов	180	200	61.2	76.8
	Хлеб ржаной	20	30	33.2	50.6
	Хлеб пшенич.	15	15	30.1	30.1
Подник	Вареники лепешки с повидлом	110/25	120/30	169.2	210.0
	Молоко	150	200	22.5	110.0
Ужин	Салат из кукурузы	40	60	35.6	53.1
	Запеканка овощная с пшеном	150	200	267.0	381.4
	Чай с сахаром	150	180	20.4	20.4
	Хлеб ржаной	25	20	42.2	33.8