

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 30 " июля 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 кукурузная	150	150	140.2	164.0
	пшеничная				
	Бутерброд с маслом	30	40	76.5	102.0
	Хлеб пшенич.	—	20	—	40.2
	Чай с лимоном	180/5/4	180	22.4	13.2
II завтрак	Фрукты	100	100	43.00	43.0
Обед	Огурец соевый	40	60	5.2	7.8
	Рыбакопчен с маслом	150	200	108.8	145.0
	Рыбные котлеты <sup>алмазов</sup>	60	80	141.4	161.4
	Картофель отвар.	120	150	114.8	143.5
	с маслом				
	Хлеб пшенич.	180	200	61.2	76.8
	Хлеб ржаной	20	30	33.8	50.6
	Хлеб пшенич.	15	15	30.1	30.1
Подник	Вареники с мясом	180/25	120/30	165.2	210.0
	Вне с потрохом				
	Молоко	150	200	82.5	110.0
Ужин	Салат из кукурузы	40	60	35.6	53.1
	кошера				
	Запеканка овощная	150	200	268.0	381.4
	с пшеном				
	Чай с сахаром	180/5	180.5	20.4	20.4
Хлеб ржаной	25	20	42.2	33.8	