

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 5 " июля 2023 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 овсяная	130	150	142.1	172.5
	Геркулес				
	Фрутовый с медом	40	50	100.4	126.5
	Чай с сахаром	180	200	42.1	46.6
II завтрак	Фрукты	100	100	96.0	96.0
Обед	Щи из свежей капусты с маслом, сметаной	150	200	93.0	124.0
	Котлета из курицы	60	40	141.3	201.0
	Соус томатный	25	25	19.9	19.9
	Каша гречневая	110	130	153.8	196.0
	Компот	150	180	22.0	26.3
	Хлеб ржаной	20	30	33.8	50.6
	Хлеб пшенич.	15	20	30.1	40.1
Подник	Ватрушка с повидлом	50	50	151.0	151.0
	Молоко	150	200	82.5	151.0
Ужин	Цыплята кавказская кваш.	40	60	31.7	47.4
	Фитоген рибизи	60	80	109.3	161.7
	Овощи отвар. с мас.	120	150	134.2	173.5
	Чай с сахаром	180	180	20.4	20.4
	Хлеб ржаной	20	20	33.8	33.8