

Ежедневное меню основного (организованного) питания
на " 14 " июля 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 кукурузная тесерка	130	150	140,7	164
	Буденборд с маслом	30	40	46,5	10,2
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	22,7	23,2
	Желе из фруктов	—	20	—	40,2
II завтрак	В 10ч 15м Фрукты	100	100	38	38
	Обед	Омлет соевый	40	60	5,2
Сырный суп с мясом со сметаной		150	200	108,8	145
Рыба, припущенная		60	—	43,6	—
Рыба, запеченная		—	80	—	109,9
Картофель отварной		120	150	114,8	143,5
Кисель морковный		180	200	61,2	46,8
Желе фруктовое		20	30	33,8	50,6
Желе из фруктов		15	15	30,1	30,1
Подник	Вареники с мясом и сметаной	110/25	120/30	169,2	210
	Молоко кефирное	150	200	81,5	110
	Ужин	Салат из кукурузы	40	60	35,6
Запеканка творожная		150	200	267	381,4
Чай с сахаром		180/5	180/5	20,4	20,4
Желе фруктовое		25	20	42,2	33,8