

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 20 " 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	Ваши хлебная	130	150	140,7	164
	Бутерброд с маслом и сыром	40	50	115,2	144
	Кофейный напиток	180	200	68,4	46
II завтрак	В 10 и 15 мин				
	Фрукты	100	100	43	43
Обед	Омлет соевый	40	60	5,2	4,8
	Суп с овощами	150	200	83,3	111
	Котлеты рыбные	60	40	98,7	137
	Соус томатный	25	25	19,9	19,9
	Гюбле картофельная	120	150	115,8	144,8
	Сок персиковый	180	200	99	110
	Клей рисовый	20	25	33,8	42,2
	Клей пшеничный	15	15	30,1	30,1
Подник	Булочки	25	50	49,3	158,5
	Молоко кипяченое	150	200	82,5	110
Ужин	Салат морковная	40	—	24,6	—
	Салат из моркови	—	60	—	31,2
	Омлет картофельный	150	—	196,8	—
	Вареники картофельные со сладк. м. сыр.	—	120/60	—	294,3
	Клей пшеничный	30	20	60,1	40,1
	Чай с сахаром	180/5	—	20,4	—
	Чай без сахара	—	200	—	1.0.