

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 26 " июля 20 23 г.

32

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 овсяная	130	150	142,1	142,5
	"Геркулес" пшеничная				
	Булгур с сыром	40	50	109,2	136,5
	Мед пшеничный	—	20	—	
II завтрак	Чай с сахаром	180	200	12,5	20,4
	В 10ч 15м				
Обед	Фрукты	100	100	43	43
	Борщ со свеклой и капустой с мясом, сметаной	150	180	119,5	144
	Мясные котлеты из курицы	60	40	144,6	208,5
	Макароны с овощами	60/50	—	103	—
	Макароны отварные	—	130	—	155
	Компот из ягод	150	180	22	26,3
	Мед ржаной	20	30	33,8	50,6
	Мед пшеничный	15	15	30,1	30,1
Подник	Вафли	25	50	41,8	143,5
	Резанка	180	200	42	80
Ужин	Чай с лимоном	40	60	34,4	34,4
	Коблеты ржаные	60	40	98,4	137
	Каша перловая с овощами	110	130	152,2	195,5
	Чай с лимоном	180/5/4	180/5/4	22,4	23,2
	Мед ржаной	20	20	33,8	33,8