

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 31 " 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	Макароны отварные с сыром	130	150	145	185	
	Бутерброд с маслом	40	50	100,4	125,5	
	Чай с молоком	180	200	42,1	46,6	
	Кефир жидкий	—	20	—	33,8	
II завтрак	Яблоко 150г					
	Фрукты	100	100	44,3	44,3	
Обед	Щи Морковная	40	60	24,6	37,4	
	Рассольник Ленинградский с мясом	180	200	139,1	154,5	
	Канюта тушеная с мясом	130	140	213	265	
	Компот из сухофруктов	150	200	14,4	19,4	
	Кефир жидкий	25	25	42,2	42,2	
	Кефир нежирный	15	20	30,2	40,3	
	Подник	Течени	25	50	41,8	143,5
		Кефир	180	200	95,4	106
Ужин	Тушеные овощи	60	70	128,9	144,7	
	Картофельные котлеты запеченные	120	150	164,4	223	
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	22,7	23,2	
	Кефир жидкий	20	20	33,8	33,8	
	Кефир нежирный	25	25	50,3	50,3	