

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 03 " августа 20 23 г.

Время приёма 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	140,7	164
	Бутерброд с маслом и сыром	40	50	115,2	144
	Коржиковый пирожок	180	200	68,4	46
II завтрак	Вода 15 мл				
	Фрукты	100	100	43	43
Обед	Омлет соевый	40	60	5,2	4,8
	Суп с сельдешкой	150	200	83,3	111
	Вотплеты рыбные	60	40	92,4	137
	Соус томатный	25	25	19,9	19,9
	Горох картофельный	120	150	115,8	144,8
	Сок апельсиновый	180	200	99	110
	Мед жидкий	20	25	33,8	42,2
	Мед пчелиный	15	15	30,1	30,1
Подник	Пирожки	25	50	49,5	158,5
	Печенье	180	200	42	80
Ужин	Джемы морковный	40	—	24,6	—
	Салат из моркови	—	60	—	31,2
	Омлет натуральный	150	—	196,8	—
	Вареники мясные со сладким молочно-сир.	—	120/60	—	194,3
	Мед пчелиный	30	20	60,1	40,1
	Чай с сахаром	180/5	20	20,4	1,0
	Чай без сахара	—	200	—	—