

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 04 " августа 20 13 г.

Категория	Наименование блюда	Выход блюда			
		Вес блюда (грамм)		Энергетическая ценность блюда (ккалорий)	
		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак	Каша Гречневая с маслом	130	150	142,7	145,5
	Бульон с макаронами	30	50	45,3	125,5
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	22,7	22,7
	Мед растопленный	—	20	—	33,8
Завтрак	В 10 и 15 мин				
	Сок	150	200	68,9	94,6
Обед	Салат из кукурузы (консервы)	40	60	35,6	53,1
	Суп картофельный с капустой, свеклой, морковью	180	180	145,8	146,4
	Рулет из рыбы	60	80	108,5	143,2
	Рис с овощами	40/70	130	108,1	172,8
	Котлетки из индейки	150	180	68,4	82,2
	Мед растопленный	20	30	33,8	50,6
	Мед лимонный	—	20	—	40,1
	Сырники из творога с яблоками	120/10	130/20	152,5	198
	Молоко кипяченое	150	200	82,5	110
	Салат из свеклы	40	60	36,5	54,6
Ужин	Омлет из яиц	60	80	86,6	131,5
	Котлета гречневая	120	150	88,4	120,5
	Кисель ягодный	180	200	61,2	46,8
	Мед растопленный	30	20	50,6	33,8