

# ЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО Организованного) питания

на 23.08 2023 года

|        | Наименование блюд                               | Выход блюд  |            |             |            |
|--------|---|-------------|------------|-------------|------------|
|        |   | В грамм.    |            | В калориях  |            |
|        |   | 1-3<br>года | 3-7<br>лет | 1-3<br>года | 3-7<br>лет |
| К      | Каша овсяная "Геркулес"                         | 130         | 150        | 142.1       | 172.5      |
|        | Бутерброд с сыром                               | 40          | 50         | 109.2       | 136.5      |
|        | Чай с сахаром                                   | 180         | 200        | 18.5        | 20.4       |
|        | Хлеб пшеничный                                  | -           | 20         | -           | 40.3       |
| Й<br>К | Фрукты  | 100         | 43.0       | 100         | 43.0       |
|        |   |             |            |             |            |
|        | Фарш соевый, картофель<br>сметаной, маслом      | 150         | 180        | 119.5       | 144.0      |
|        | Тертые из курочки                               | 60          | 70         | 177.6       | 208.5      |
|        | Макарон со сардинами                            | 60/80       | 130        | 103.0       | 155.0      |
|        | Колтот из яиц<br><small>отвар. макароны</small> | 150         | 180        | 22.0        | 26.3       |
|        | Хлеб ржаной                                     | 20          | 30         | 33.8        | 50.6       |
|        | Хлеб пшеничный                                  | 15          | 15         | 30.1        | 30.1       |
|        |   |             |            |             |            |
| К      | Вафли   | 25          | 50         | 71.8        | 143.5      |
|        | Рататуй   | 180         | 200        | 72.0        | 80.0       |
|        |   |             |            |             |            |
|        | Цура морковная                                  | 60          | 60         | 37.4        | 37.4       |
|        | Котлетки рыбные                                 | 60          | 70         | 98.7        | 137.0      |
|        | Каша перловая                                   | 110         | 130        | 152.2       | 185.0      |
|        | Чай с лимоном                                   | 180/177     | 180/177    | 22.7        | 22.7       |
|        | Хлеб ржаной                                     | 20          | 20         | 33.8        | 33.8       |