

**МЕНЮ**

**Дата 19.01.2023**

**ЗАВТРАК**

<i>Наименование блюда</i>	<i>1,5-3 года</i>		<i>3-7 лет</i>	
	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>
Лапшевник с творогом запеченный	90	164,30	110	200,81
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10
Чай зеленый с молоком с сахаром	150	52,40	180	64,20

**2-й ЗАВТРАК**

<i>Наименование блюда</i>	<i>1,5-3 года</i>		<i>3-7 лет</i>	
	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>
Нектар из смеси фруктов и овощей	100	42,00	100	42,00

**ОБЕД**

<i>Наименование блюда</i>	<i>1,5-3 года</i>		<i>3-7 лет</i>	
	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>
Салат из помидоров свежих с перцем сладким с растительным маслом	40	55,40	60	83,1
Свекольник	165	80,22	200	102,50
Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	160	112,7	200	135,8
Компот из сушеных фруктов (курага)	150	62,70	180	75,24
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63

**ПОЛДНИК**

<i>Наименование блюда</i>	<i>1,5-3 года</i>		<i>3-7 лет</i>	
	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>
Булочка "Домашняя"	50	196,10	70	277,00
Йогурт фруктовый	180	138,6	200	154

**УЖИН**

<i>Наименование блюда</i>	<i>1,5-3 года</i>		<i>3-7 лет</i>	
	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>	<i>масса блюда</i>	<i>калорийность порции</i>
Запеканка картофельная с мясом отварным	160	298,5	200	373,1
Дополнительный гарнир: огурец консервированный	20	3,85	25	3,50
Чай с сахаром	150/7	52,40	180/10	64,0
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	20	48,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63