

**МЕНЮ**

**Дата 30.01. 2023г.**

**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>
Омлет натуральный с сыром, запеченный	110	232,57	130	296,4
Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	20	16,50	25	20,62
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,68	30	79,10
Чай с молоком с сахаром	150	53,20	180	65,5
Груша	120	51,60	120	51,60

**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>
Сок овощной	100	43,0	100	43,0

**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 зеленый с огурцом и растительным маслом	40	32,60	60	48,95
Борщ с мясом	165	96,60	200	117,09
Сердце, тушенное в соусе с овощами и картофелем	160	112,7	200	140,9
Компот из плодов свежих (яблоки)	150	50,00	180	60,23
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10

**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>
Ватрушка с джемом	60	190,20	70	223,0
Молоко витаминизированное	180	108,0	200	120

**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>
Винегрет овощной	40	52,30	60	78,55
Шницель рыбный натуральный (минтай)	55	82,60	70	105,12
Соус молочный	20	26,80	25	34,00
Пюре картофельное	110	116,00	130	130,3
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	20	48,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63
Кисель из ягод (вишня)	150	110,20		
Чай с лимоном			180/10/7	40,10