

МЕНЮ

Дата 14.03.2023 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Сырники с морковью с соусом (50/15)	65	147,52	100	226,95
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10
Чай с молоком с сахаром	150	53,20	180	65,5

2-й ЗАВТРАК

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Сок фруктовый	100	43,00	100	43,00

ОБЕД

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Салат из свежих огурцов, горошка консервированного с растительным маслом	40	77,80	60	116,82
Рассольник ленинградский с птицей (155/10)	165	122,20	200	150,00
Котлета рыбная (треска)	60	101,21	70	147,25
Пюре картофельно-морковное	110	77,1	130	91,1
Кисель из ягод (черная смородина)	150	103,50	170	117,30
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63

ПОЛДНИК

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Булочка "Веснушка"	50	157,00	70	219,80
Ряженка	180	119,20	200	132,4

УЖИН

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Икра из баклажанов	20	15,70	30	23,60
Зраза куриная с омлетом и овощами	60	152,4	80	173,3
Овощи отварные с маслом сливочным	110	127,82	130	151
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	20	48,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63
Чай с лимоном	150/7/3,5	34,60	180/10/7	40,10