

М Е Н Ю

Дата 23.03.2023г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Каша манная молочная жидкая	150	177,50	200	237,54
Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	7	49,60	10	70,90
Сыр полутвердый	10	40,00	15	60,0
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10
Какао с молоком	150	91,00	180	109,6

2-й ЗАВТРАК

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

ОБЕД

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	40	30,6	60	45,97
Суп рыбный по - шведски (консервы сайра)	160	112,27	200	140,34
Говядина тушеная с овощами и картофелем в соусе	170	204,5	200	240,6
Кисель из апельсинового сока	150	128,00	170	145,1
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	30	79,10
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	25	59,63

ПОЛДНИК

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Булочка "Алтайская"	60	185,50	70	212,8
Биокефир	180	117,8	200	130,8

УЖИН

Наименование блюда	1,5-3 года		3-7 лет	
	масса блюда	калорийность порции	масса блюда	калорийность порции
Филе минтая запеченное	50	70,80	70	129,30
Рагу овощное	110	129,8	130	161,2
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
Зефир	-	-	20	65,00