

М Е Н Ю

Дата 28.03.2023 г.

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>
Каша жидкая на молоке (рисовая)	150	207,60	200	289,6
Сыр полутвердый	10	40,00	15	60,0
Масло сладкосливочное	5	35,4	7	49,6
Какао с молоком	150	91,00	180	109,6
Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	48,64	30	79,1
Яйцо отварное	40	50,0	40	50,0

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 с репчатым луком с растительным маслом	40	35,60	60	53,5
Борщ с мясом	165	96,60	200	117,09
Плов с птицей (цыпляты)	160	282,6	200	353,3
Компот из плодов свежих (яблоки)	150	50,00	180	60,23
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>
Ватрушка с повидлом	60	190,20	70	223,00
Биокефир	180	117,8	200	130,8

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>
Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	40	30,6	60	45,97
Филе минтая запеченное	60	78,2	70	91,23
Пюре картофельное	110	116,0	130	130,3
Компот из ягод	150	61,00	170	68,8
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	20	48,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63