

*М Е Н Ю*

*Дата 30.06.2023 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>
Сырники из творога	70	162,40	90	208,80
Варенье	20	21,70	25	22,10
Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	5	35,4	7	49,60
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10
Чай с сахаром	150	52,40	180	64,0
Киви	50	23,60	50	23,60

***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>
Молоко витаминизированное	100	60	150	90

***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 морской капусты с брусникой и растительным маслом	40	27,1	60	45,57
Суп рыбный (с пшеном)	150	105,7	200	140,93
Котлета мясная, запеченная с соусом молочным	55	126,50	70	161,00
Капуста тушеная	110	49,9	130	59,46
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>
Пирожок печеный с яблоком	60	157,20	70	185,20
Снежок	180	134,0	200	148,8

***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>
Икра из баклажанов	30	23,60	30	23,60
Рис отварной	110	160,71	130	189,9
Печень тушенная	80	80,2	100	102,5
Компот из апельсинов	150	48,80	180	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	20	48,64