

**МЕНЮ**

Дата 29.08.2023 г.

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                    | 1,5-3 года  |                     | 3-7 лет     |                     |
|---------------------------------------|-------------|---------------------|-------------|---------------------|
|                                       | масса блюда | калорийность порции | масса блюда | калорийность порции |
| 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                |

**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 | 125         | 50,0                | 125         | 50,0                |

**ОБЕД**

| Наименование блюда  | 1,5-3 года  |                     | 3-7 лет     |                     |
|---|-------------|---------------------|-------------|---------------------|
|   | масса блюда | калорийность порции | масса блюда | калорийность порции |
| 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**

| Наименование блюда  | 1,5-3 года  |                     | 3-7 лет     |                     |
|---------------------|-------------|---------------------|-------------|---------------------|
|                     | масса блюда | калорийность порции | масса блюда | калорийность порции |
| Ватрушка с повидлом | 60          | 190,20              | 70          | 223,00              |
| 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 |
| 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 (жимолость)                              | 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               |