

**МЕНЮ**

**Дата 30.10 2023г.**

**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 (пшеничная)	150	170,20	200	227,00
Сыр полутвердый	15	60,00	15	60,00
Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	5	35,40	7	49,60
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10
Кофейный напиток с молоком	150	87,50	180	107,5
Нектарин	100	44,00	100	44,00

**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>
Сок яблочный осветленный	100	56,0	100	56,0

**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 клюквой и растительным маслом	40	27,10	60	45,57
Свекольник	165	80,22	200	102,50
Запеканка из печени с рисом	160	261,12	200	326,4
Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	48,64	30	79,10
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63
Компот из сушеных фруктов (курага)	150	62,70	180	75,24

**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>
Булочка ванильная	50	171,45	70	242,00
Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	180	101,2	200	117,8

**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	30,60	60	45,97
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	160	242,07	200	302,5
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