

МЕНЮ

Дата 28.12.2023 г.

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | 1,5-3 года | | 3-7 лет | |
|--|-------------|---------------------|-------------|---------------------|
| | масса блюда | калорийность порции | масса блюда | калорийность порции |
| Каша вязкая молочная (из пшена и крупы гречневой) с яблоками | 150 | 215,00 | 200 | 305,80 |
| Масло коровье сладкосливочное несоленое порц. | 5 | 35,40 | 7 | 49,60 |
| Хлеб из муки пшеничной первого сорта | 20 | 48,64 | 30 | 79,10 |
| Чай зеленый с молоком с сахаром | 150 | 52,40 | 180 | 64,20 |
| Банан | 80 | 94,00 | 80 | 94,00 |

2-й ЗАВТРАК

| Наименование блюда | 1,5-3 года | | 3-7 лет | |
|----------------------------|-------------|---------------------|-------------|---------------------|
| | масса блюда | калорийность порции | масса блюда | калорийность порции |
| Нектар тыквенный с мякотью | 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 зеленый с помидорами и сладким перцем с растительным маслом | 40 | 32,40 | 60 | 48,60 |
| Борщ сибирский | 165 | 135,6 | 200 | 164,40 |
| Филе минтая, запеченное в молочном соусе | 55 | 100,2 | 70 | 118,50 |
| Пюре картофельное | 110 | 116,00 | 130 | 130,3 |
| Компот из ягод (черная смородина) | 150 | 68,10 | 180 | 81,72 |
| 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 |
| Булочка "Янтарная" | 50 | 146,30 | 70 | 206,00 |
| Ряженка | 180 | 119,2 | 200 | 132,4 |

УЖИН

| Наименование блюда | 1,5-3 года | | 3-7 лет | |
|--|-------------|---------------------|-------------|---------------------|
| | масса блюда | калорийность порции | масса блюда | калорийность порции |
| Салат из свежих огурцов, горошка консервированного с растительным маслом | 40 | 77,80 | - | - |
| Салат из кукурузы | - | - | 60 | 129,00 |
| Пудинг из говядины | 60 | 112,0 | 70 | 131,0 |
| Пюре морковное | 110 | 85,4 | 130 | 99,5 |
| Чай с сахаром | 150/7 | 52,40 | 180/10 | 64,0 |
| Хлеб из муки пшеничной первого сорта | 20 | 48,64 | 20 | 48,64 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 45,60 | 25 | 59,63 |