

Меню

7 апреля 2021 г.

стол №9

№ п/ п	Наименование приема пищи, блюда	Масса порции		Калорийность	
		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
	Завтрак				
1	Каша “Дружба”		200		213
2	чай		200		2,8
3	хлеб ржаной с маслом		45/5		138,44
	Второй завтрак				
1	шиповник		100		37,88
2	хлеб ржаной		50		92
3	сыр		15		52
	Обед				
1	Суп гороховый с мясом		250		113,622
2	Котлета мясная		70		163,054
3	Картофель отварной		180		96
4	Салат из св.огурца и помидора		50		17,36
5	Хлеб ржаной		50		92
6	Компот из с/ф		200		0,3
	Полдник				
1	Кефир		200		78
2	груша		100		60
	ужин				
1	рыба, припущенная в молоке		100		94,12
2	Рис отварной		100		142,5
3	Салат из зелен. горошка		50		37,357
4	чай		200		2,8

Меню7 апреля 2021 г.

№ п/п	Наименование приема пищи, блюда	Масса порции		Калорийность	
		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак					
1	Каша “ Дружба”	200	200	213	213
2	Кофейный напиток	150	102,9	200	136,661
3	Булка с маслом	45/5	45/5	138,44	138,44
Второй завтрак					
1	шиповник	100	100	37,88	37,88
Обед					
1	Суп гороховый с мясом	150	250	92,2	113,622
2	Котлета мясная	70	70	163,054	163,054
3	Картофель отварной	100	94	180	96
4	Салат из св.огурца и помидора	50	17,36	50	17,36
5	Хлеб ржаной	40	75,6	50	92
6					
Полдник					
1	Кефир	150	200	88,9	78
2	Пряник	20	73,2	25	73,2
3	груша	100	47	100	60
Ужин					
1	Рыба, припущенная в молоке	100	94,12	100	94,12
2	Рис отварной	100	142,5	100	142,5
3	Салат из зелен. горошка	50	41,8	50	41,8
4	чай	150	102,9	200	40