

Меню

22 апреля 2021

№ п/п	Наименование приема пищи, блюда	Масса порции		Калорийность	
		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак					
1	каша ячневая	200	200	644	644
2	какао с молоком	150	200	116,7	107
3	булка с маслом и сыром	45/5/16	45/5/16	203,864	203,864
4					
Второй завтрак					
1	сок	100	100	43	43
Обед					
1	борщ с мясом, сметана	150	250	118,4	21,0
2	бефстроганов	70	70	150,885	150,885
3	компот с сухофруктов	150	200	46,5	113
4	хлеб ржаной	40	50	75,6	92
5	макароны	100	100	171,4	171,4
6	салат из свежих помидоров	30	30	7,2	7,2
Полдник					
1	кефир	150	200	88,9	78
2	вафля	30	30	106,251	106,251
3	груша	100	100	47	47
Ужин					
1	картофельное пюре	130	130	159,128	159,128
2	сельдь порционная с луком	80/60	80/60	68	68
3	чай с лимоном	155	200	42,06	40,711
4					