

Меню
21 апреля 2021

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
4					
<u>Второй завтрак</u>					
<u>1</u>	<u>шиповник</u>		<u>100</u>		<u>43</u>
<u>2</u>	<u>хлеб ржаной</u>		<u>50</u>		<u>92</u>
<u>3</u>	<u>сыр</u>		<u>15</u>		<u>52</u>
Обед					
1	суп гороховый с мясом		250		113,622
2	котлета мясная		70/20		163,054
3	компот из с/ф		200		0,3
4	хлеб ржаной		50		92
5	картофель отварной		180		96
6	салат из свежих помидоров и огурцов		50		17,36
Полдник					
1	кефир		200		88,5
2	яблоко		100		60
Ужин					
1	Рыба, припущенная в молоке		100		94,12
2	хлеб ржаной		50		64,33
3	чай		200		2,8
4	рис отварной		100		142,5
5	Салат из зелен. горошка		50		37,357