

Меню

21 мая 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 рисовая	200	200	177	177
2	чай	200	200	40	40
3	булка с маслом	45/5	45/5	138,44	138,44
4					
Второй завтрак					
1	сок	100	100	43	43
Обед					
1	суп рыбный	150	250	79,08	105,44
2	голубцы ленивые с курой, соус сметанный	100	100	243,47	243,27
3	хлебржаной	40	50	75,6	92
4	компот из сухофруктов	150	200	46,50	72,28
5	салат из консерв. кукурузы	60	60	59,5	59,5
6					
Полдник					
1	кефир	200	200	88,5	88,5
2	вафля	30	30	106,251	106,251
3	яблоко	100	100	47	47
Ужин					
1	картофельное пюре	150	150	138	138
2	чай	200	200	40	40
3	хлеб пшеничный	50	50	64,33	64,33
4	огурец соленый	100	100	3,3	3,3