

3 июня 2021 г.

Меню

№ 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	644,00	644,00
2	Чай с сахаром и молоком	150	200	78,00	89,00
3	Булка с маслом	45/5	45/5	138,44	138,44
	Второй завтрак				
	Шиповник	100	100	37,88	37,88
	Обед				
1	Суп молочный с вермишелью	150	250	110,7	162,36
2	Картофель отварной	100	180	94,00	96,00
3	Гуляш мясной	70/30	70/30	13,09	13,09
4	Свёкла тушёная	50	50	41,61	41,61
5	Компот из с/ф	150	200	46,5	72,28
6	Хлеб ржаной	40	50	75,6	92
	Полдник				
1	Кефир	150	200	78,00	88,9
2	Печенье	25	25	263,4	263,4
3	Яблоко	100	100	60,00	60,00
	Ужин				
1	Греча рассыпчатая с маслом	200	200	183,48	183,48
2	Яйцо	50	50	63,00	63,00
3	Хлеб пшеничный	50	50	64,33	64,33
4	Какао с молоком	150	200	107	116,7