

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Второй ужин



МЕНЮ 26 марта 2024 г.

№ СР	Наименование блюда	День 1					
		3-4 лет		5-6 лет		7-10 лет	
		Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал
ЗАВТРАК							
1,3	Бутерброд с маслом	20 10	101	40 20	127	40 25	248
262	Каша мяквяя молочная жидкая с маслом	180	176	230	196	230	196
501	Кофейный напиток	200	95	200	95	200	103
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
гп	Сок из фруктов (или овощей)	120	92	200	121	200	137
ОБЕД							
141	Салат из огурцов с маслом	60	38	80	50	100	67
139	Суп гороховый с гречками	200/20	186	250 / 20	207	250 / 20	207
	гречки из пшеничного хлеба	20		20		20	
97	Вершкиви рыбные	70	133	120	219	120	219
520	Пюре картофельное	130	115	180	165	180	165
638	Компот из кураги	180	87	200	95	200	95
гп	Хлеб пшеничный	0		20	34	60	102
гп	Хлеб ржаной	40	81	40	81	60	121
ПОЛДНИК							
гп	Булочка промышленного производства	50	195	50	195	50	195
гп	Сок из фруктов (или овощей)	200	90	200	90	200	90
УЖИН							
22	Салат из свёклы отварной с чесноком	60	51	80	68	100	85
587	Фрикадельки из мяса паровые с соусом	70/30	97	90/50	165	100/50	184
248	Каша гречневая вязкая	130	128	150	148	180	177
686	Чай с сахаром	180 / 5	42	200 / 5	42	200 / 5	42
гп	Хлеб пшеничный	20	34	20	34	20	34
гп	Хлеб ржаной	0		0		20	40
ВТОРОЙ УЖИН							
гп	ВАФЛИ	10	16	20	42	20	42
гп	ЙОГУРТ	180	76	180	76	200	95

Повар

КСР

Коровина Г.Н.

Спец по соц работе

СМ

Борисенкова Т.Л.



Приятного аппетита!