

Меню

на 30 мая 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность (ккал)
		1-3 года	1-3 года	3-7 лет	3-7 лет
Завтрак	Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным	150	282	180	326
	Чай с сахаром	150	109	180	125
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/7	110	40/10	127
	Итого:	337	501	410	578
Обед	Лапша с курой	150	246	200	276
	Картофельное пюре с маслом сливочным	100	366	110	408
	Рыба отварная	70	62	75	75
	Компот из кураги с сахаром	150	82	180	97
	Хлеб ржаной	33	64	50	97
	Итого:	503	606	615	759
Полдник	Вафли	40	137	60	165
	Сок фруктовый	180	40	200	40
	Итого:	200	177	230	205
Ужин	Каша геркулесовая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	76,8	200	105
	Чай с сахаром	150	126	180	133
	Хлеб пшеничный	25	93,76	30	117
	Итого:	285	307	340	403
Итого за день:		1525	1781	1795	2042

Приятного аппетита!