

Меню

на 21 ноября 2024 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	Творожная запеканка с молочно-сметанным соусом	130	282	140	326
	Какао на молоке с сахаром	150	109	180	125
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	30/7/18	110	40/10/19	127
	Итого:	335	501	389	578
Второй завтрак	Груша	100		100	
Обед	Суп гороховый с курой	150	246	200	276
	Плов с индейкой и маслом сливочным	150	366	170	408
	Компот из кураги с сахаром	150	62	180	75
	Хлеб ржаной	33	64	50	97
	Итого:	483	606	600	759
Полдник	Вафли	60	137	65	165
	Молоко кипяченое	180	40	200	40
	Итого:	240	177	265	205
Ужин	Макароны отварные с маслом сливочным	110	76,8	130	105
	Рыбная котлета	70		70	
	Чай с сахаром	150	40	180	48
	Хлеб пшеничный	25	93,76	30	117
	Итого:	350	307	410	403
Итого за день:		1508	1781	1764	2042

Приятного аппетита!