

Меню

на 28 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 молочным соусом	130	282	140	326
	Какао на молоке с сахаром	150	109	180	125
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/7	110	40/10	127
	Итого:	335	501	389	578
Второй завтрак	Груши	100		100	
Обед	Рассольник с курой	150	246	200	276
	Греча отварная с маслом сливочным	100	366	150	408
	Биточки из индейки в томатном соусе	50	101,2	50	101,2
	Компот из кураги с сахаром	150	62	180	75
	Хлеб ржаной	33	64	50	97
	Итого:	483	606	630	759
Полдник	Плюшка с сахаром	60	137	65	165
	Чай с сахаром	180	40	200	40
	Итого:	240	177	265	205
Ужин	Рис отварной с маслом сливочным	110	76,8	130	105
	Рыба отварная с овощами	65	126	70	133
	Чай с сахаром	150	40	180	48
	Хлеб пшеничный	25	93,76	30	117
	Итого:	350	307	410	403
Итого за день:		1408	1781	1694	2042

Приятного аппетита!