

# Меню

## На 29 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
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	150	282	180	326
	Кофейный напиток на молоке с сахаром	150	109	180	125
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/7	110	40/10	127
	<b>Итого:</b>	<b>337</b>	<b>501</b>	<b>410</b>	<b>578</b>
<b>Второй завтрак</b>					
<b>Обед</b>	Суп картофельный с курой	150	246	200	276
	Рыба под омлетом с маслом сливочным	150	366	180	408
	Компот из кураги и ягод с сахаром	150	82	180	97
	Хлеб ржаной	33	64	50	97
	<b>Итого:</b>	<b>483</b>	<b>606</b>	<b>615</b>	<b>759</b>
<b>Полдник</b>	Кексы	30	137	40	165
	Чай с сахаром	180	40	200	40
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>177</b>	<b>230</b>	<b>205</b>
<b>Ужин</b>	Гороховое пюре с маслом растительным	150	76,8	180	105
	Чай с сахаром	150	126	180	133
	Хлеб пшеничный	25	93,76	30	117
	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>307</b>	<b>390</b>	<b>403</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1355</b>	<b>1781</b>	<b>1645</b>	<b>2042</b>

*Приятного аппетита!*