

Меню

На 5 декабря 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 гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	150	282	180	326
	Чай с сахаром	150	109	180	125
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	110	30/7	127
	Итого:	337	501	410	578
Обед	Рассольник с курой	150	246	200	276
	Картофельное пюре с маслом сливочным	100	366	110	408
	Рыба отварная с овощами	75	97,2	80	102,3
	Компот из кураги с сахаром	150	82	180	97
	Хлеб ржаной	40	64	50	97
	Итого:	503	606	615	759
Полдник	Печенье	20	137	20	165
	Сок фруктовый	180	40	200	40
	Итого:	200	177	230	205
Ужин	Макароны отварные с маслом сливочным	90	76,8	100	105
	½ часть яйцо	20		20	
	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!