



МЕНЮ

10.03.2023

Наименование блюд	Объем порций (г)		Энергетическая ценность (ккал)
	возраст		
6 ДЕНЬ	Если (1-3 года)	Сад (3-7 лет)	Если/сад
Вторая неделя, понедельник			
Завтрак			
Каша пшеничная молочная	180	200	186,97/ 230,12
Кофейный напиток	200	200	45,48/53,06
Батон с маслом сливочным	45	45	125,85/ 125,85
Итого за завтрак:			377,7/428,45
Второй завтрак			
Чай с соком	150	180	72,48/64,ю88
Итого за второй завтрак:			63/ 75,6
Обед			
Салат свекольный	30	50	29,55/46,12
Суп крестьянский со сметаной на мясном бульоне	150	200	90,32/ 114,95
Котлета аппетитная	60	70	142,64/172,99
Каша гречневая с томатным соусом	150	150	169,12/ 116,32
Компот из свежих яблок	150	200	45,82/ 57,19
Хлеб ржаной	30	50	61,5/ 102,5
Итого за обед:			533,71/602,98
Уплотненный полдник			
Омлет	135	150	199,49/ 233,13
Напиток из сухофруктов	150	200	68,08/ 82,44
Яблоко	95	100	39,9/ 42
Батон	20	20	69,6/ 69,6
Итого за уплотненный ужин:			377,07/427,17
Итого за день:			1351,48/ 1534,2