



МЕНЮ на 12. 03

4 день

Наименование блюд	Объем порций (г)		Энергетическая ценность (ккал)
4 ДЕНЬ	возраст		
Первая неделя, четверг	Ясли (1-3 года)	Сад (3-7 лет)	Ясли/сад
Завтрак			
Каша геркулесовая молочная	180	180	180,42/ 180,42
Кофейный напиток с мол.	150	200	120,88/ 145,86
Батон	30	40	65,28/ 88,48
Масло сливочное	5	5	37,37/ 37,37
Второй завтрак			
Сок фруктовый	150	180	63/ 75,6
Обед			
Огурец соленый порционный	30	50	3,15/ 5,25
Щи из свежей капусты со смет. на курином бульоне	150	200	94,04/ 109,52
Макароны отварные	110	130	148,37/184,7
Котлета куриная	60	70	180,63/202,54
Компот из свежих яблок	150	200	45,82/ 57,19
Хлеб ржаной	40	50	82/ 102,5
Уплотненный полдник			
Сырники из творога запеченные	130	150	270,33/329,81
Сладкий соус	15	20	29,76/34,52
Чай с сахаром	180	200	23,3/ 31,07
Батон	30	30	87,2/ 87,2
Печенье	40	40	166,84/166,84
Итого за день:			1598,39/ 1838,87