

## Меню

На 15 апреля 2021

| №<br>п/п       | Наименование приема пищи, блюда | Масса порции |         | Калорийность |         |
|----------------|---------------------------------|--------------|---------|--------------|---------|
|                |                                 | 1-3 лет      | 3-7 лет | 1-3 лет      | 3-7 лет |
| Завтрак        |                                 |              |         |              |         |
| 1              | каша пшеничная                  | 200          | 200     | 247,12       | 247,12  |
| 2              | чай с молоком                   | 180          | 180     | 89           | 89      |
| 3              | булка с маслом                  | 45/5         | 45/5    | 138,44       | 138,44  |
| 4              |                                 |              |         |              |         |
| Второй завтрак |                                 |              |         |              |         |
| 1              | шиповник                        | 100          | 100     | 37,88        | 37,88   |
| Обед           |                                 |              |         |              |         |
| 1              | суп молочный с вермишелью       | 150          | 250     | 110,7        | 162,36  |
| 2              | картофель отварной              | 100          | 180     | 94           | 96      |
| 3              | гуляш мясной                    | 70           | 70      | 13,09        | 13,09   |
| 4              | компот из с/ф                   | 150          | 200     | 406,5        | 72,275  |
| 5              | хлеб ржаной                     | 40           | 50      | 75,6         | 92      |
| 6              | свекла тушеная                  | 50           | 50      | 41,608       | 41,608  |
| Полдник        |                                 |              |         |              |         |
| 1              | кефир                           | 150          | 200     | 88,9         | 78      |
| 2              | печенье                         | 25           | 25      | 263,4        | 263,4   |
| 3              | яблоко                          | 100          | 100     | 47           | 60      |
| Ужин           |                                 |              |         |              |         |
| 1              | греча рассыпчатая               | 200          | 200     | 183,478      | 183,478 |
| 2              | хлеб пшеничный                  | 50           | 50      | 64,33        | 64,33   |
| 3              | какао с молоком                 | 150          | 200     | 116,7        | 107     |
| 4              | яйцо вареное                    | 40           | 40      | 63           | 63      |