



# МЕНЮ

На 13 сентября 2023 года

Режимный момент	Наименование блюд	Норма			
		До 3-х лет		До 3-7 лет	
		Масса порции гр	Калорийность порции	Масса порции гр	Калорийность порции
<b>Завтрак</b>					
1-я мл. 08-55	1. Суп молочный манный	150	98,85	200	131,8
2-я мл. 09-00	2. Бутерброд	30	106,8	40	148,33
Средняя 09-05	с сыром	8		12	
Старшая 09-07	3. Какао с молоком	180	107	200	118,89
Подготов.09-10					
	итого	368	312,65	452	399,02
<b>Завтрак 2</b>					
1-я мл. 10-30	1. Фрукты (яблоко)	100	44	100	44
2-я мл. 10-32					
Средняя 10-35					
Старшая 10-40					
Подготов.10-43					
	итого	100	44	100	44
<b>Обед</b>					
	1. Салат из горошка зеленого				
	(консервированного)	40	33	60	50
1-я мл. 11-50	2. Борщ с капустой и картофелем на м/б	180	72	200	80
2-я мл. 12-00	3. Картофельное пюре	120	109,8	150	137,25
Средняя 12-15	4. Рыба тушеная с овощами	60	55	80	74
Старшая 12-30	Хлеб ржаной	30	57	40	76
Подготов.12-40	5.Чай	180	40	200	44,4
	с сахаром	6		8	
	итого	616	366,8	738	461,65
<b>Полдник</b>					
1-я мл. 16-00	1. Сырники из творога	110	257,4	1130	304,2
2-я мл. 16-05	со сгущенным молоком	20	66	20	66
Средняя 16-10	2. Кисель	150	67,05	180	80,46
Старшая 16-15					
Подготов.16-20					
		280	390,45	1330	450,66
	всего	1364	1113,9	2620	1355,33