

**М Е Н Ю****На 15 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. Каша из смеси круп (геркулес, перловка) в. 2 с изюмом	150	213,87	200	286,83
2-я мл. 09-00	2. Бутерброд с сыром	30	106,8	40	148,33
Средняя 09-05		8		12	
Старшая 09-10	3. Чай с сахаром	180	40	200	44,44
Подготов. 09-15		6		8	
	итого	374	360,67	460	479,6
<b>Завтрак 2</b>					
1-я мл. 10-30	1. Фрукты (груша)	100	46	100	46
2-я мл. 10-35					
Средняя 10-40					
Старшая 10-45					
Подготов. 10-50	итого	100	46	100	46
<b>Обед</b>					
1-я мл. 11-50	1. Салат из свеклы	40	37,56	60	56,34
2-я мл. 11-44	2. Суп с рыбными консервами	180	120,42	200	133,8
Средняя 12-00	3. Рис отварной (гарнир)	120	167,76	140	195,72
Старшая 12-05	4. Гуляш из отварного мяса	60	94,5	80	126
Подготов. 12-10	Хлеб ржаной	30	57	40	76
	5. Компот из сушеных фруктов (С витаминизация)	180	101,7	200	113
	итого	610	578,94	720	700,86
<b>Полдник</b>					
1-я мл. 15-30	1. Макароны изделия отварные с маслом	150	165,48	200	220,65
2-я мл. 15-35	4. Кисель	150	67,05	180	80,46
Средняя 15-40					
Старшая 15-45					
Подготов. 15-50		300	232,53	380	301,11
	всего	1384	1218,14	1660	1527,57