



М Е Н Ю

На 21 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
Завтрак 1-я мл. 08-55 2-я мл. 09-00 Средняя 09-05 Старшая 09-07 Подготов.09-10	1.Суп молочный с крупой (пшено)	150	110,1	200	146,8
	2. Бутерброд с маслом	30	102	40	136
	3. Чай с сахаром	8		10	
		180	40	200	44,4
	итого	6		8	
		374	252,1	458	327,2
Завтрак 2 1-я мл. 10-30 2-я мл. 10-32 Средняя 10-35 Старшая 10-40 Подготов.10-43	1. Сок	100	68	100	68
	2. Кондитерское изделие без крема (печенье курабье)	20	107,96	30	161,94
	итого	120	175,96	130	229,94
Обед 1-я мл. 11-50 2-я мл. 12-00 Средняя 12-15 Старшая 12-30 Подготов.12-40	1. Салат из белокачанной капусты	40	35	60	52,5
	2. Рассольник ленинградский (с перловой крупой) на мясном бульоне	180	86,94	200	96,6
	3. Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	120	195	150	243,75
	4. Тефтели мясные в.2	60	77,5	80	103,3
	Соус томатный	30	22,35	40	29,8
	Хлеб ржаной	30	57	40	76
	4. Компот из сушеных фруктов (С витаминизация)	180	101,7	200	113
итого	600	540,49	710	662,45	
Полдник 1-я мл. 16-00 2-я мл. 16-05 Средняя 16-10 Старшая 16-15 Подготов.16-20	1. Биточки манные с повидлом	150	219	200	291
	2. Кефир	150	75	180	90
	итого	300	294	380	381
	всего	1394	1262,55	1678	1600,59