

МЕНЮ

На 28 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	1. Суп молочный с крупой (пшено)	150	110,1	200	146,8
2-я мл. 09-00	2. Бутерброд с маслом	30	102	40	136
Средняя 09-05		6		8	
Старшая 09-07	3. Чай с сахаром	180	40	200	44,4
Подготов. 09-10		6		8	
	итого	372	252,1	456	327,2
Завтрак 2					
1-я мл. 10-30	1. Сок	100	68	100	68
2-я мл. 10-32	2. Кондитерское изделие без крема (сузари)	30	81,2	30	121,8
Средняя 10-35					
Старшая 10-40					
Подготов. 10-43	итого	130	149,2	130	189,8
Обед					
1-я мл. 11-50	1. Салат из белокачанной капусты	40	35	60	52,5
2-я мл. 12-00	2. Суп картофельный с клецками (на мясном бульоне)	180	62,28	200	69,2
Средняя 12-15	3. Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	120	195	150	243,75
Старшая 12-30	4. Тефтели мясные в.1 томатный соус	60	82,5	80	110
Подготов. 12-40		30	22,35	40	29,8
	Хлеб ржаной	40	76	50	95
	5. Напиток из плодов шиповника	180	79	200	87,88
	итого	650	552,13	780	688,13
Полдник					
1-я мл. 16-00	1. Запеканка рисовая со сгущенным молоком	150	235	200	318
2-я мл. 16-05		20	66	20	66
Средняя 16-10	2. Кефир	150	75	180	90
Старшая 16-15					
Подготов. 16-20					
		320	376	400	474
	всего	1472	1329,43	1766	1679,13