



МЕНЮ

На 06 октября 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. Каша из смеси круп (гречка.перловка)в.2	150	213,87	200	286,83
2-я мл. 09-00	2. Бутерброд	30	106,8	40	148,33
Средняя 09-05	с сыром	8		12	
	3. Чай	180	40	200	44,44
Старшая 09-07	с сахаром	6		8	
Подготов.09-10					479,6
Завтрак 2					
1-я мл. 10-30	1 Фрукты (банан)	100	92	100	92
2-я мл. 10-32					
Средняя 10-35					
Старшая 10-40					
Подготов.10-43	итого	100	92	100	92
Обед					
1-я мл. 11-50	1. Салат из кукурузы (консервированной)	40	39,72	60	59,58
2-я мл. 12-00	2. Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	180	95,94	200	106,6
Средняя 12-15	3. Голубцы ленивые	140	191,63	160	219
Старшая 12-30	Хлеб ржаной	30	57	40	76
Подготов.12-40	5. Компот из сушеных фруктов (С витаминизация)	180	101,7	200	113
	итого	570	485,99	660	574,18
Полдник					
1-я мл. 16-00	1. Блины с повидлом	60	103,64	80	138,18
2-я мл. 16-05	2. Кефир	150	75	180	90
Средняя 16-10					
Старшая 16-15					
Подготов.16-20					
		210	178,64	260	228,18
	всего	880	756,63	1020	1373,96