

Меню на 13.03.2023 г.

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным – 155/3г/171,02ккал
2. Чай с сахаром – 160г/29,87ккал
3. Бутерброд с маслом – 30/3г/69,15ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 150г/64ккал

Обед:

1. Суп картофельный с макарон. изделиями с мясными фрикадельками – 150/15г/88,41ккал
2. Биточки паровые – 60г/111,74ккал
3. Рагу из овощей – 110г/130,97ккал
4. Свекла отварная – 40г/18,79ккал
5. Кисель из повидла – 150г/67,05ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из круп с молоком сгущенным – 100/30г/170,69ккал
2. Ряженка – 135г/79,65ккал

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным – 180/4г/198,6ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 180г/76ккал

Обед:

1. Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками – 180/25г/118,02ккал
2. Биточки паровые – 70г/130,37ккал
3. Рагу из овощей – 130г/154,77ккал
4. Свекла отварная – 40г/18,79ккал
5. Кисель из повидла – 180г/80,46ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из круп с молоком сгущенным – 100/30г/170,69ккал
2. Ряженка – 150г/88,5ккал