

Меню на 27.03.2023 г.

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке – 155/2г/175,67ккал
2. Чай с сахаром – 160г/29,87ккал
3. Бутерброд с маслом – 30/3г/69,15ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 150г/64ккал

Обед:

1. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной – 150/5 г/70,95ккал
2. Тефтели – 60г/91,34ккал
3. Макароны изделия отварные – 110г/113,7ккал
4. Икра морковная – 50г/64,5ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с морковью со сладким молочным соусом – 60/15г/140,4/15,22ккал
2. Бифидок – 135г/79,65ккал

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке – 180/3г/204ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 180г/76ккал

Обед:

1. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной – 180/8 г/96,3ккал
2. Тефтели – 80г/114,81ккал
3. Макароны изделия отварные – 130г/134,4ккал
4. Икра морковная – 70г/90,3ккал
5. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с морковью со сладким молочным соусом – 80/30г/187,2/30,45ккал
2. Бифидок – 150г/88,5ккал

