

Меню на 29.03.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром – 160/5г/165,31ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/176,9ккал
3. Конфета – 15г/56,5ккал
4. Чай без сахара – 180г/2,54ккал

II завтрак: Снежок – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Бульон из кур с гренками – 200/35г/81,8ккал
2. Котлета рубленая из птицы – 60/2г/156ккал
3. Рагу из овощей – 130г/157,3ккал
4. Огурец соленый – 40г/5,6ккал
5. Компот из апельсинов – 180г/124,7ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из круп с молоком сгущённым – 90/30г/198,27ккал
2. Сок фруктовый – 180г/76ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром – 140/3г/144,65ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/123,88ккал
3. Конфета – 15г/56,5ккал
4. Чай без сахара – 150г/2,11ккал

II завтрак: Снежок – 135г/56,4ккал

Обед:

1. Бульон из кур с гренками – 160/20г/65,44ккал
2. Котлета рубленая из птицы – 60/2г/156ккал
3. Рагу из овощей – 100г/121ккал
4. Огурец соленый – 40г/5,6ккал
5. Компот из апельсинов – 150г/103,9ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из круп с молоком сгущённым – 85/30г/187,26 ккал
2. Сок фруктовый – 150г/64ккал