

Меню на 26.09.2023 г (3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 150/5г/174ккал
2. Хлеб пшеничный – 37,5/88,9ккал
3. Яйцо вареное – 40г/63ккал
4. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал

II завтрак: Бифидок- 150/88,5ккал

Обед:

1. Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне – 180г/80,85ккал
2. Гуляш из отварного мяса – 70г/218,7ккал
3. Каша рисовая рассыпчатая – 130г/189,8ккал
4. Свекла отварная – 50г/23,5ккал
5. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с рисом -100г/165,5ккал
2. Сок в ассортименте – 180 г/76 ккал
3. Соус фруктовый – 50 г/28,8

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 140/3г/96,99ккал
2. Хлеб пшеничный – 30/71,1ккал
3. Яйцо вареное – 40г/63ккал
4. Чай с сахаром – 150г/28ккал

II завтрак: Бифидок- 130/76,7ккал

Обед:

1. Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне – 150г/80,85ккал
2. Гуляш из отварного мяса – 50г/156,25ккал
3. Каша рисовая рассыпчатая – 110г/160,6ккал
4. Свекла отварная – 30г/14,1ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с рисом 80г/132,4ккал
2. Сок в ассортименте – 180 г/76 ккал
3. Соус фруктовый – 50 г/28,8