

Меню на 14.03.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 150/3г/109,92ккал
2. Бутерброд с повидлом – 37,5/13г/131,8ккал
3. Яйцо вареное – 40г/63ккал
4. Кофейный напиток с молоком – 180г/91ккал

II завтрак: Бифидок – 150г/88,5ккал

Печенье – 20г/83,4ккал

Обед:

1. Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне – 200г/107,8ккал
2. Печень по-строгановски – 70г/126ккал
3. Каша рассыпчатая гречневая – 110г/251,73ккал
4. Огурец соленый – 40г/5,6ккал
5. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с рисом со сладким молочным соусом– 100/20г/165,5/20,3ккал
2. Чай с лимоном – 180/7г/34,8ккал
3. Мандарин – 100г/69,52ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 140/3г/96,99ккал
2. Бутерброд с повидлом – 30/8г/98,85ккал
3. Яйцо вареное – 40г/63ккал
4. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал

II завтрак: Бифидок – 135г/79,65ккал

Печенье – 20г/83,4ккал

Обед:

1. Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне – 150г/80,85ккал
2. Печень по-строгановски – 60г/108ккал
3. Каша рассыпчатая гречневая – 90г/205,94ккал
4. Огурец соленый – 40г/5,6ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с рисом со сладким молочным соусом– 60/10г/99,35/10,2ккал
2. Чай с лимоном – 150/3,5г/29ккал
3. Мандарин – 100г/69,52ккал