

Меню на 15.02.2023 г.

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром – 140/3г/144,65ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/132,8ккал
3. Чай без сахара – 150г/2,11ккал
4. Конфета – 15г/56,5ккал

II завтрак: Снежок – 135г/56,4ккал

Обед:

1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне – 150/15/8г/102,2ккал
2. Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным – 60г/147ккал
3. Капуста тушеная – 100г/79ккал
4. Салат из горошка зеленого консервированного – 40г/32,54ккал
5. Компот из кураги – 150г/73,5ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Булочка домашняя – 60г/141,69ккал
2. Сок фруктовый – 150г/64ккал

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром – 180/5г/195,03ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/176,9ккал
3. Чай без сахара – 180г/2,54ккал
4. Конфета – 15г/56,5ккал

II завтрак: Снежок – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне – 180/25/10г/122,64ккал
2. Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным – 70г/171,5ккал
3. Капуста тушеная – 140г/117,41ккал
4. Салат из горошка зеленого консервированного – 40г/32,54ккал
5. Компот из кураги – 180г/101,7ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Булочка домашняя – 70г/165,3ккал
2. Сок фруктовый – 180г/76ккал