

Меню на 21.02.2023 г.

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая пшеничная – 150/3г/130ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/132,8ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал

II завтрак: Яблоко – 120г/52,8ккал

Обед:

1. Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной – 150/5г/108,94ккал
2. Голубцы с мясом говядины (ленивые) со сметанным соусом – 120/15г/164/11,1ккал
3. Икра свекольная – 50г/56,8ккал
4. Кисель из повидла – 150г/67,05ккал
5. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 100г/157ккал
2. Чай с сахаром – 150г/28ккал
3. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая пшеничная – 180/5г/156ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/176,9ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 180г/91ккал

II завтрак: Яблоко – 120г/52,8ккал

Обед:

1. Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной – 180/8г/130,7ккал
2. Голубцы с мясом говядины (ленивые) со сметанным соусом – 160/30г/219/22,23ккал
3. Икра свекольная – 60г/68,16ккал
6. Кисель из повидла – 180г/80,46ккал
7. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
8. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 100г/157ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Хлеб пшеничный – 35г/82,95ккал