

Меню на 21.03.2024 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 170/5г/164,6ккал
2. Бутерброд с маслом – 40/5г/98,88ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 180г/90,5ккал

II завтрак: Ряженка – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 180г/190,53ккал
2. Рыба, тушенная с овощами – 80г/74ккал
3. Картофельное пюре – 130/4г/123,07ккал
4. Икра морковная – 50 г/64,5ккал
5. Компот из свежих яблок – 180г/54,82ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Пудинг из творога с яблоком – 100г/213,47 ккал
2. Соус фруктовый – 50г/28,8 ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал

(2-3года)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 160/3г/150,12ккал
2. Бутерброд с маслом – 30/5г/112,2ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 180г/90,5ккал

II завтрак: Ряженка – 120г/84,96ккал

Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 180г/190,53ккал
2. Рыба, тушенная с овощами – 60г/55,5ккал
3. Картофельное пюре – 130/4г/123,07ккал
4. Икра морковная – 30 г/38,7ккал
5. Компот из свежих яблок – 150г/73,2ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Пудинг из творога с яблоком – 80г/167,2 ккал
2. Соус фруктовый – 50г/28,8 ккал
2. Чай с сахаром – 150г/28ккал