

Меню на 24.01.2024 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром – 160/5г/165,3ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/127,42ккал
3. Чай с молоком – 180г/79,1ккал

II завтрак: Снежок – 150г/106,2ккал

Обед:

1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне – 200/25/10г/136,27ккал
2. Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным – 70г/171,5ккал
3. Капуста тушеная – 50г/39,5ккал
4. Макароны изделия отварные – 130г/134,42ккал
5. Компот из изюма – 180г/88,2ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Булочка домашняя – 60г/141,68ккал
2. Сок фруктовый – 180г/76ккал
3. Яблоко – 150г/69ккал

(2-3года)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром – 150/5г/154,98ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/127,42ккал
3. Чай с молоком – 160г/79,1 ккал

II завтрак: Снежок – 140г/58,48ккал

Обед:

1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне – 150/15/10г/1102,2ккал
2. Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным – 60г/147ккал
3. Капуста тушеная – 30г/23,7ккал
4. Макароны изделия отварные – 110г/113,7ккал
5. Компот из изюма – 150г/47,08ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Булочка домашняя – 60г/141,68ккал
2. Сок фруктовый – 150г/64ккал
3. Яблоко – 150г/69ккал