

Меню на 12.08.2024 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша пшенная на сгущенном молоке с маслом сливочным
2. – 200/5г/212,94ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Бутерброд с маслом – 40/5г/98,88ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 180г/76ккал

Обед:

1. Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками – 200/131,13ккал
2. Котлета «Улыбка» – 80/154,6ккал
3. Капуста тушеная – 150г/125,77ккал
4. Салат из горошка зеленого консервированного – 50г/40,7ккал
5. Компот из апельсинов – 180г/124,74ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с морковью – 100/234ккал
2. Соус фруктовый – 50г/28,8ккал
3. Чай с лимоном 180/7/34,8 ккал

Меню на 13.08.2024г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая пшеничная – 180/5г/156ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/15г/176,9ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 180г/91ккал

II завтрак: Груша – 170г/76,2ккал

Обед:

1. Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной – 180/8г/130,7ккал
2. Шницель рубленый - 70/160,12ккал
3. Каша рисовая рассыпчатая – 130/189,8 ккал
4. Икра свекольная – 60г/68,16ккал
5. Компот из свежих плодов (груша)– 180г/88,2ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 150г/235,5ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Хлеб пшеничный – 20г/47,4ккал

Меню на 14.08.2024г.
(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 170/5г/164,64ккал
2. Бутерброд с повидлом – 37,5/13г/123,26ккал
3. Чай с молоком – 180/10г/92,4ккал

II завтрак: Банан – 170г/76,2ккал

Обед:

1. Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной – 180/8г/94,5ккал
2. Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным – 70г/171,5ккал
3. Макароны изделия отварные с маслом – 130/1,5г/134,42ккал
4. Огурец свежий – 50г/64,5ккал
5. Компот из свежих яблок – 180г/87,84ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с морковью и яйцом – 75/4г/165ккал
2. Напиток из шиповника – 180г/95ккал

Меню на 15.08.2024г.
(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 160г/5г/185,6ккал
2. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/112,2ккал
3. Какао с молоком – 200г/118,89ккал

II завтрак: Йогурт питьевой фруктовый – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 180г/190,53ккал
2. Рыба отварная – 80/5г/64ккал
3. Рагу из овощей – 150г/178,61ккал
4. Помидор свежий – 50г/7ккал
5. Компот из сушеных фруктов (изюм) – 180г/98ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Сырник из творога – 100г/234ккал
2. Соус молочный сладкий – 50 г/50,75
3. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал

Меню на 16.08.2024г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша молочная кукурузная жидкая – 200/5г/161,2ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/127,42ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 190г/95,53ккал

II завтрак: Бифидок – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной – 180/8г/107,64ккал
2. Гуляш из отварного мяса – 70г/218,75ккал
3. Картофельное пюре – 130г/123,07ккал
4. Икра свекольная – 50г/56,8ккал
5. Чай с лимоном – 180г/7г/34,8ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

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