

Меню на 20.12.2024 г.

от 1,6 до 3-х лет

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к/калорий
Завтрак					
Каша «Дружба»	165	5,0	7,0	22,0	168,0
Бутерброд с маслом	30/5	2,0	3,0	13,0	91,0
Чай с сахаром	150	-	-	5,0	21,0
2-й завтрак					
Сок фруктовый	100	1,0	-	10,0	42,0
Обед					
Суп картофельный с бобовыми и гречками	150	4,0	2,0	20,0	117,0
Бефстроганов из отварного мяса	60	12,0	11,0	1,0	155,0
Макароны отварные с маслом	110	5,0	3,0	26,0	154,0
Компот из сухофруктов	150	-	-	8,0	33,0
Хлеб ржаной	30	2,0	-	12,0	31,0
Полдник					
Запеканка рисовая с творогом	70	7,0	4,0	27,0	172,0
Чай с сахаром	150	-	-	5,0	21,0

от 3-х до 7-ми лет

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	к/калорий
Завтрак					
Каша «Дружба»	200	5,0	7,0	28,0	200,0
Бутерброд с маслом	40/7	2,0	7,0	13,0	121,0
Чай с сахаром	180	-	-	10,0	40,0
2-й завтрак					
Сок фруктовый	100	1,0	-	10,0	42,0
Обед					
Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	6,0	3,0	28,0	163,0
Бефстроганов из отварного мяса	100	17,0	16,0	1,0	217,0
Макароны отварные с маслом	130	6,0	4,0	28,0	169,0
Компот из сухофруктов	180	-	-	10,0	41,0
Хлеб ржаной	40	2,0	-	16,0	41,0
Полдник					
Запеканка рисовая с творогом	100	10,0	6,0	35,0	231,0
Чай с сахаром	180	-	-	10,0	40,0