

Меню от 3 до 7 лет

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Энергетическая ценность, ккал.
Завтрак					
Каша пшеничная молочная	200	7,565	6,425	25,22	186,49
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,39	12,76	84
Бутерброд с маслом	40	2,44	7,55	14,62	136
Второй завтрак					
Груша	200	0,4	0,2	8,2	37,6
Обед					
Суп рыбный со сметаной	200	15,93	7,5	11,53	132
Гуляш мясной	70	9,02	7,13	2,29	109,37
С гречневым гарниром	150	3,6	5,4	36,7	209,37
Компот из изюма, чернослива.	180	0,14	0,14	21,42	87,84
Хлеб ржано-пшеничный	50	3	0,5	22,16	94,5
Огурец свежий	50	0,135	0	0,45	2,45
Полдник					
Домашняя булочка	80	1,65	6,25	10,28	103,9
Ряженка	150	4,5	3,45	6,75	108
Конфеты	20	0,5	0,85	4,5	71,57