



Меню

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	216,80
	Чай с молоком	180	48,20
	Бутерброд с маслом	40	153,30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		420	418,30
2-ой ЗАВТРАК	Сок виноградный	100	68,20
	Пряник	30	109,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		130	178,00
ОБЕД	Салат из свежих овощей	50	26,10
	Борщ с капустой	200	112,60
	Котлета из курицы	80	135,60
	Рис отварной	150	208,70
	Соус молочный	30	39,10
	Хлеб	40	90,50
	Напиток из шиповника	180	58,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		730	680,70
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	150	87,20
	Булочка "Осеняя"	100	257,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	345,00

УЖИН	Жаркое по-домашнему	200	322,90
	Чай с лимоном и сахаром	180	21,80
	Хлеб пшеничный	20	46,90
	Яблоко	100	44,40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		500	436,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2030	2058,00