



Меню

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3			
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная жидкая	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	Кукуруза сахарная	50	26,10
	Борщ со свежей капустой	200	112,60
	Котлета из курицы	80	135,60
	Рис отварной	150	208,70
	Соус молочный натуральный	30	39,10
	Хлеб	40	90,50
	Напиток из шиповника	180	58,80
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		730
ПОЛДНИК	Кефир	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	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