



Меню

Категория: Дети 3-7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Калорийность (ккал) |
|------------------------------|---------------------------------------|-------------|---------------------|
| День 1 | | | |
| ЗАВТРАК | Какао с молоком | 180 | 96,40 |
| | Бутерброд горячий с сыром | 40 | 143,50 |
| | Каша манная молочная жидкая | 200 | 183,60 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 420 | 423,50 |
| 2-ой ЗАВТРАК | Сок яблочный | 100 | 43,30 |
| | Пряник | 20 | 83,20 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 120 | 126,50 |
| ОБЕД | Помидор в нарезке | 60 | 12,80 |
| | Суп с макаронными изделиями с курицей | 200 | 134,20 |
| | Запеканка картофельная с печенью | 200 | 327,60 |
| | Хлеб витаминизированный | 40 | 124,40 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 64,10 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 680 | 663,10 |
| ПОЛДНИК | Ряженка | 150 | 80,00 |
| | Ватрушка с творогом | 100 | 440,60 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 250 | 520,60 |
| УЖИН | Макаронные изделия отварные | 150 | 202,00 |
| | Пюре из отварной оленины | 80 | 177,80 |
| | Чай с сахаром | 180 | 24,20 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 46,90 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 430 | 496,40 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1900 | 2230,10 |