



Меню

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная	200	285,70
	Кофейный напиток с молоком	180	82,00
	Бутерброд с джемом	40	154,40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		420	522,10
2-ой ЗАВТРАК	Сок апельсиновый	100	56,50
	Вафли с фруктовой начинкой	20	70,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	126,50
ОБЕД	Салат из свежих помидор и перцев	60	49,50
	Щи из свежей капусты	200	82,00
	Фрикадельки рыбные	80	252,10
	Соус томатный с овощами	30	33,30
	Рис отварной	150	208,70
	Хлеб столовый	40	78,20
	Компот из смородины	180	31,90
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		740	735,70
ПОЛДНИК	Ряженка 2,5%	150	76,40
	Коржик молочный	100	303,30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	379,70
УЖИН	Тефтели из мяса с рисом («ежики»)	70	176,80
	Соус белый основной	20	139,68
	Картофель тушеный	150	46,90
	Чай с сахаром	180	138,60
	Хлеб пшеничный	20	46,90
	Мандарин	100	35,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		540	446,30
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2070	2210,30