

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша ячневая молочная	150	136,2	200	162,9
	Бутерброд с маслом	35	114,1	50	155,7
	Чай с лимоном	170	28,9	190	31,1
Итого завтрак:		355	279,2	440	349,8
II Завтрак	Сок	150	73,5	180	88,2
Итого:		150	73,5	180	88,2
Обед	Суп из овощей	150	64	180	75,9
	Котлеты или биточки	50	208,2	70	241,3
	Каша гречневая рассыпчатая	110	125,3	130	159,2
	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	17,1	50	36,9
	Компот из смеси сухофруктов	150	19,4	180	19,4
	Хлеб	30	61,2	45	96,7
Итого обед:		520	495,2	655	629,3
Полдник	Биокефир	175	106,8	228	139,1
	Пряники	27	100,3	35	129,9
Итого полдник:		202	207	263	269
Ужин	Суп молочный с крупой	180	102	200	142,1
	Булочка домашняя	50	211,1	60	270,3
	Чай с сахаром	180	28,3	200	28,5
Итого ужин:		410	341,4	460	440,9
Итого за день:			1396,3		1777,1