

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша «Дружба»	150	139,9	180	155,3
	Бутерброд с маслом	30	105,5	50	155,3
	Какао с молоком	170	39,0	180	41,1
<b>Итого завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>284,4</b>	<b>410</b>	<b>351,7</b>
II Завтрак	Сок фруктовый	130	71,5	160	88,0
<b>Итого:</b>		<b>130</b>	<b>71,5</b>	<b>160</b>	<b>88,0</b>
Обед	Щи	150	82,9	190	129,5
	Печень по-Строгановски	50	126,7	80	161,4
	Макароны	110	171,1	130	194,7
	Помидор свежий	30	7,3	50	12,1
	Компот из кураги	150	51,2	180	40,2
	Хлеб	30	61,2	35	71,4
<b>Итого обед:</b>		<b>520</b>	<b>500,4</b>	<b>665</b>	<b>609,4</b>
Полдник	Напиток из замороженных ягод	185	53,9	200	63
	Пряники	43	157,4	50	190,3
<b>Итого полдник:</b>		<b>228</b>	<b>211,3</b>	<b>250</b>	<b>253,4</b>
Ужин	Салат рыбный	180	247,3	200	294,5
	Чай	180	12,8	200	13,1
	Хлеб	45	100,6	50	113,5
<b>Итого ужин:</b>		<b>405</b>	<b>360,7</b>	<b>450</b>	<b>421,1</b>
Итого за день:			1428,3		1723,5