

«УТВЕРЖДАЮ»

16 мая 2025 г.

Ранний и дошкольный возраст

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции		Калорийность	
	2-3 г.	3-7 л.	2-3 г.	3-7 л.
Каша молочная манная	150 гр.	200 гр.	132,9	179,5
Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	30 гр.	42 гр.	109,0	154,0
Напиток кофейный на молоке	180 гр.	180 гр.	97,8	105,78
Груша	100гр.	100 гр.	47,0	47,0
ИТОГО ЗАВТРАК:	360гр.	422 гр.	339,8	439,26

ОБЕД

Салат из свеклы с соленым огурцом	30 гр.	60 гр.	27,9	37,1
Щи из свежей капусты с мясом	180 гр.	200 гр.	97,52	109,44
Котлета из мяса и печени	63 гр.	85 гр.	135,87	170,5
Макароны отварные	110 гр.	130 гр.	133,5	164,9
Сок фруктовый	150 гр.	180 гр.	69,0	82,8
Хлеб пшеничный	10гр.	20 гр.	23,5	47,0
Хлеб ржано-пшеничный	10 гр.	20 гр.	23,2	46,4
ИТОГО ОБЕД	553 гр.	695 гр.	510,58	657,97