



Меню

Прием пищи	Наименование блюда	Если 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	150	193	180	249
	Кофейный напиток	150	76	170	94
	Батон нарезной в/с обогащенный витаминами	25	48	30	48
	Джем (порционный)	10	26	15	31
Итого:		335	343	395	422
II Завтрак	Сок фруктовый	100	53	100	53
Обед	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	150	121	180	153
	Мясо кури отварной на порцию супа	11	18	15	27
	Шницель из птицы припущенный	60	157	80	169
	Макаронные изделия отварные	100	168	120	197
	Салат из свеклы	20	12	30	18
	Компот из смеси сухофруктов	150	69	180	82
	Хлеб «Целебный»	40	65	50	90
Итого:		559	610	697	736
Уплотненный полдник	Картофель отварной	90	105	100	129
	Рыба отварная	50	119	70	136
	Чай с сахаром	150	52	180	68
	Батон нарезной в/с обогащенный витаминами	20	42	20	42
	Вафли	30	26	30	26
	Фрукты свежие	95	43	100	43
Итого:		495	404	550	418
Итого за день:			1410		1629