| ***Меню с 1-3 г.*** на 13.12.23г. | Выход готовых блюд | Калорийность | ***Меню*** с 3-7 л. на 13.12.23г. | Выход готовых блюд | Калорийность |
|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | **Завтрак** | | |
| Каша рисовая | 150 | 164 | Каша рисовая | 200 | 215 |
| Чай с молоком | 150 | 38,6 | Чай с молоком | 200 | 64,4 |
| Хлеб пшеничный с повидлом | 25/7 | 56,5 | Хлеб пшеничный с повидлом | 30/10 | 67,8 |
| | | | | | |
| **Второй завтрак** | | | **Второй завтрак** | | |
| Сок фруктовый | 150 | 102 | Сок фруктовый | 180 | 122,4 |
| | | | | | |
| **Обед** | | | **Обед** | | |
| Салат из свеклы с яблоками | 40 | 32 | Салат из свеклы с яблоками | 60 | 49 |
| Уха с крупой | 150 | 87,26 | Уха с крупой | 180 | 124,38 |
| Тефтели мясные с рисом | 50 | 156,52 | Тефтели мясные с рисом | 70 | 214 |
| Макароны | 120 | 165,4 | Макароны | 150 | 207,1 |
| Компот из кураги и изюма + витамин С | 150 | 82 | Компот из кураги и изюма + витамин С | 200 | 110 |
| Хлеб ржаной | 34 | 72,76 | Хлеб ржаной | 43 | 90,95 |
| | | | | | |
| **Полдник** | | | **Полдник** | | |
| Суп -пюре молочный с гренками | 150/15 | 135,4 | Суп -пюре молочный с гренками | 200/20 | 180 |
| Чай с сахаром | 150 | 18,7 | Чай с сахаром | 200 | 37,4 |
| | | | | | |
| **Всего за день калорий:** | | **1111,14** | **Всего за день калорий:** | | **1482,43** |