Меню с 1-3 г. на 14.12.23г.	Выход готовых блюд	Калорий ность	***Меню с 1-3 г.*** на 14.12.23г.	Выход готовых блюд	Калорий ность
Завтрак			**Завтрак**		
Каша пшенная	150	187	Каша пшенная	200	250
Кофейный напиток	150	70	Кофейный напиток	200	93
Хлеб пшеничный с сыром	25/11	113,9	Хлеб пшеничный с сыром	30/16	148
Второй завтрак			**Второй завтрак**		
Фрукты (банан)	95	90,3	Фрукты (банан)	100	95
Обед			**Обед**		
Салат из моркови	40	20,2	Салат из моркови	60	31
Суп крестьянский на м/к.б. со сметаной	150/5	99	Суп крестьянский на м/к.б. со сметаной	200/8	141
Суфле рыбное	40	112	Суфле рыбное	60	168
Пюре гороховое	100	192	Пюре гороховое	130	240
Компот из сухофруктов+витамин С	150/0,035	82	Компот из сухофруктов+витамин С	200/0,05	110
Хлеб ржаной	34	72,8	Хлеб ржаной	43	91
Полдник			**Полдник**		
Оладьи с вареньем	50	156	Оладьи с вареньем	70	221
Йогурт	150	84,8	Йогурт	180	106
Всего за день калорий:		**1280**	**Всего за день калорий:**		**1694**